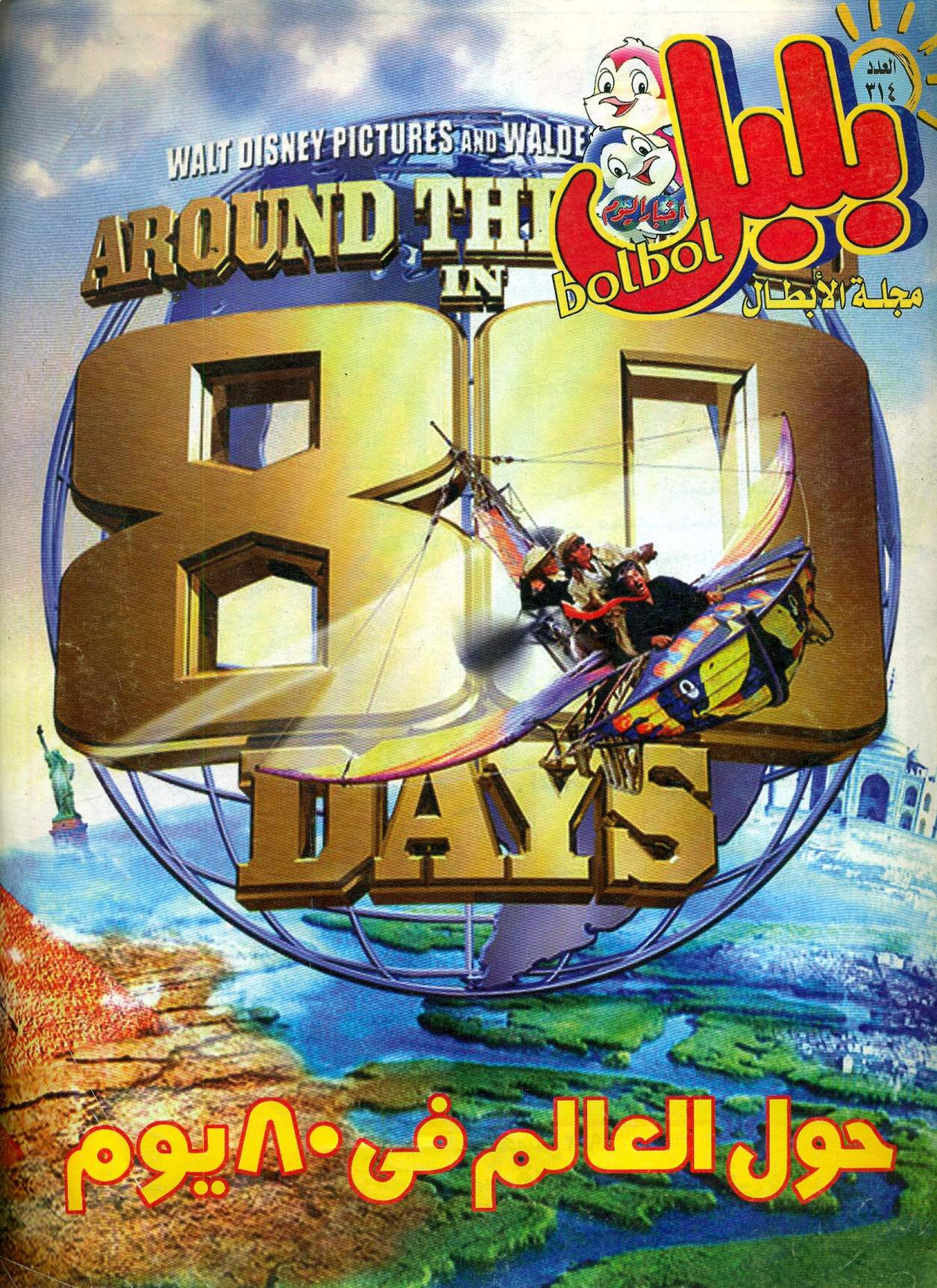


العدد
٣١٤
بلبل
bolbol
أخبار اليوم
مجلة الأبطال
WALT DISNEY PICTURES AND WALDE
AROUND THE
IN
80
DAYS
حول العالم فى ٨٠ يوم

إستعد للعام الدراسى الجديد

■ إقتربت الأجازة الصيفية من نهايتها ، ويستعد الجميع لمغادرة المصيف والعودة إلى مدنهم إستعداداً لإستقبال عام دراسى جديد..

والاستعداد للعام الدراسى الجديد لا يكون فقط بشراء لوازم الدراسة من الكتب والكراسات والأقلام .. لكن الاستعداد الحقيقى هو التهيئة النفسية لاستقبال ذلك العام وأعنى بذلك أن تعقد العزم على البدء فى الدراسة بإجتهاد وتركيز .. سواء كانت هذه السنة الدراسية شهادة أو غير شهادة .. سنوات الدراسة كلها تتساوى مع بعضها فى الأهمية وكلها حلقات فى سلسلة واحدة كل منها توصل للأخرى وكل منها يعتمد على ما قبلها من سنوات .. السنة الأولى توصلك للسنة الثانية والسنة الثانية توصلك للسنة الثالثة .. وهكذا حتى تصل إلى نهاية الدراسة فى المرحلة الثانوية لتبدأ مرحلة جديدة فى المدرج الجامعى حيث الكليات العلمية والأدبية المختلفة ..

خطوات النجاح تبدأ من أول سنة ولا تنتهى أبداً عند آخر سنة .. لأن العلم مطلوب فى كل وقت وكل سنة وكل مرحلة دراسية ..

كل عام وأنتم بخير بمناسبة بدء العام السابع لمجلة الأبطال

مؤنس زهيرى



مجلة الجيل الجديد
تصدر اسبوعية كل سبت عن
دار



رئيس مجلس الإدارة
إبراهيم سعده

رئيس التحرير
مؤنس زهيرى

عنوان مجلة بلبل ٦ شارع الصحافة
مبنى دار أخبار اليوم - القاهرة
تليفون:
٥٧٨٢٨٠٠/٥٧٨٢٦٠٠/٥٧٨٢٥٠٠
عنوان بلبل على الانترنت:
www.akhbarelyom.org.eg/bolbol
عنوان البريد الالكترونى
www.akhbar@akhbarelyom.org

سعر النسخة

مصر ١٥٠ قرشا
سوريا ٢٥ ل.س. لبنان ١٠٠٠ ل.ل الأردن ٧٠٠ فلس الكويت ٤٠٠ فلس السعودية ٤ ريال تونس ١ دينار المغرب ١٠ درهم البحرين ٠,٤٠٠ دينار قطر ٤ ريالات الإمارات ٤ دراهم سلطنة عمان ٠,٤٠٠ ريالات الجمهورية اليمنية ١٠٠ ريال فلسطين والضفة ٦٠ سنت المملكة المتحدة ٧٥ بنس جك إيطاليا ٥٠٠٠ ليرة السودان ١٥٠ دينار اليونان ٤٠٠ درخمة - أمريكا ٤ دولارات - تركيا مليون ونصف ليرة العراق ١٥٠٠ دينار عراقى

الاشتراكات السنوية

داخل مصر ٧٨ جنيها مصريا الدول العربية ٦٨ دولارا أمريكا دول أوروبا واتحاد البريد الافريقى ١٠٦ دولارا أمريكيا الولايات المتحدة وكندا ١٣٤ دولارا أمريكيا اليابان واستراليا ودول أمريكا الجنوبية ١٩٧ دولارا أمريكيا

السداد نقدا أو بشيك لأمر «أخبار اليوم» ٣ (أ) شارع الصحافة القاهرة جمهورية مصر العربية


بيبى فوت


يسعدنا اليوم أن ننقل لمحبى كرة القدم فى كل مكان المباراة النهائية بين فريق الأشبال..


وفريق البيبى فوت!..


عادة وقبل بداية المباراة يتبادل الفريقان المتنافسان تسليم شارة الفريق للآخر..
هاااه!..


أ.. أنا لا أفهم ماذا تقصد..
بسست..


سيكا!.. ها هى شارة فريقنا هل نسيتها؟




يااه!.. لا أعرف كيف أشكرك يابلبة لقد أنقذتنى!..
ولكن من أين أتيت بتلك الشارة؟
بسيطة!.. انها إحدى أفكارى العبقرية!..


0

تمت



اليوم العالمى للقضاء على الفقر

يعيش معظمنا فى راحة وأمن ، ولكن ما يربو على خمس سكان العالم يعيشون فى فقر . والفقر يظهر فى أى مكان من العالم عندما لا يستطيع الناس أن يصلوا إلى مستوى المعيشة المعتاد فى مجتمعهم.. والفقر ليس مجرد عدم حيازة نقود، فهو أيضاً بالنسبة لمن يعيشون فى البلدان النامية عدم حيازة المواد والموارد اللازمة لإشباع حاجاتهم الأساسية، فالشخص يكون فقيراً عندما لا يستطيع الحصول على عمل وعلى الرعاية الصحية الأساسية ، وعلى التعليم والضروريات من قبيل الغذاء والملبس والمياه

ولقد كانت مصر من ضمن ١٩٠ دولة التزمت بتحقيق الأهداف التنموية للألفية بحلول عام ٢٠١٥ وقد وافقت الدول التى حضرت القمة على تخفيض نسبة الفقر بمعدل النصف وضمان التعليم الأساسى للأولاد والبنات على حد سواء وضمان تمتع الأولاد والبنات بفرص متساوية للالتحاق بالتعليم الأساسى والثانوى وتخفيض معدلات وفيات الأطفال التى تقل أعمارهم عن خمسة سنوات بمقدار الثلثين ، وتخفيض معدل وفيات الأمهات عند الولادة بمعدل خمسة وسبعين فى المائة وكذلم العمل على منع انتشار فيروس نقص المناعة المكتسب / الإيدز والأمراض الرئيسية الأخرى

أرسم لوحة تعبيرية عن وجهة نظرك فى واحد من المجالات الآتية :

- طرق القضاء على الجوع والفقر.
- أو طرق التعليم الاساسى للجميع.
- أو طرق تعزيز المساواة بين الجنسين وتمكين المرأة.
- أو طرق خفض معدل وفيات الأطفال .
- أو طرق تحسين صحة الأمهات.
- أو طرق الحفاظ على البيئة.
- أو طرق مكافحة الأمراض الخطيرة

مسابقة الموهوبين فى الرسم تحت رعاية برنامج الأمم المتحدة الإنمائى وبلبل مجلة الأبطال



www.undp.org.eg

UNDP

شروط المسابقة

١- السن لا يتعدى ١٤ سنة للمتسابق
٢- الرسم على لوحة من أوراق سكتش الرسم الذى تستعمله فى حصة التربية الفنية على أن تكون مساحة اللوحة ٣٠×٤٠ سنتيمتر
٣- آخر موعد لتلقى لوحات المشاركين هو يوم الخميس ١٦ سبتمبر ٢٠٠٤
٤- جميع خامات الألوان متاحة للمشتركين (ألوان زيت / ألوان جواش/ أقلام رصاص)
٥- يجب أن ترفق كوبون "الاشتراك فى مسابقة الموهوبين " مع لوحتك والا لن تدخل التحكيم بين اللوحات الأخرى
٦- إقطع كوبون الاشتراك وأرفقه مع لوحتك ثم أرسلها على عنوان مجلة بلبل :
٦ شارع الصحافة / الجلاء / القاهرة وأكتب على المظروف الخارجي (مسابقة الأمم المتحدة للموهوبين فى الرسم)

جوائز المسابقة

- الفائز الأول : كاميرا ثمينة
- الفائز الثانى : دراجة
- الفائز الثالث : كوبون مشتريات مجانية من إحدى المكتبات بقيمة ٢٥٠ جنيهاً

بالإضافة إلى أدوات وسكتشات رسم قيمة لعدد ٧ فائزين



الإسم : ____________ السن : ____________

الصف الدراسى : ____________ المدرسة : ____________

العنوان : ____________

تليفون : ____________ المحافظة : ____________

ضع صورتك هنا


كانت سيارة المفتش نبيه
تنطلق بسرعة على الطريق الموازى للبحر..
ممكن أعرف إلى أين
تأخذنى أيها المفتش؟


بالتأكيد!.. لقد اتصلت بى فى الصباح
سيدة تبكى وتقول أنها زوجة رجل اسمه
سمير.. وتقول أن زوجها قد تم القبض
عليه بتهمة قتل شريكه مراد..


كيف
قتل؟..
إنحرفت سيارة مراد الذى
يعمل صاحب جراج كبير
عن الطريق..


وبالتحديد
هنا..


بعد أن تم انتشال السيارة من الماء هذا
الصباح إكتشف المحققون أن السيارة
قد تم تخريبها..


والنتيجة طبعا أن الأمر ليس
مجرد حادث ولكن جريمة قتل
وأول المشتبه فيهم كان سمير..


لماذا؟
لأن صباح أمس تشاجر
سمير ومراد أمام بعض
الشهود..


وفى المساء رأى أحد الميكانيكيين
سمير وهو يخرج مسرعا من
الجراج..


وقد زعم سمير بأنه كان
هناك.. للبحث عن بعض
الأوراق المهمة والموجودة
بالمكتب..
وهل هذه
تعد دلائل؟


لا!.. ولكنها
تخمينات قوية!..


ترجع إلى وجود بند فى عقد الشراكة بين سمير ومراد ينص على أن سمير سيصبح مالك الجراج فى حالة وفاة مراد..
فى هذه الحالة يصبح موقف سمير سىء جدا!..
قسم البوليس
نحن سنذهب الآن لمقابلة المأمور جودت فهو الذى يتولى مباشرة التحقيق..


أهلا وسهلا بالمفتش نبيه.. لقد سعدت بتشريفك..
هل جد جديد؟
نعم.. السيارة قد تم تخريبها بالفعل ولكن ليس التخريب هو سبب الحادث..
إذن ما السبب؟!..
لانعرف بعد!..


مازال المعمل الجنائى يباشر عمله.. ولكننى أعتقد أن الحادث ربما كان قضاءا وقدرا فالسير ليلا على الطريق الموازى للصخور والبحر ليس آمنا..
وخاصة منطقة الإنعطافات..
متى وقع الحادث بالضبط؟
تقريبا قبل منتصف ليلة أمس..


إذن هل أطلقت سراح سمير؟..
لا!.. ليس قبل أن أتسلم تقرير المعمل الجنائى..
وبعد قليل..
ها هو الجراج الذى يملكه الشريكان.. فلندخل..
أنا من رأيى أن نذهب لتناول أى شىء أولا فأنا جوعان جدا..
جراج


نبيه


لا أعتقد أن الحادث قضاء وقدر كما يقول المأمور جودت!..
مطعم


بست!.. هل أنت من سكان هذه المنطقة؟
نعم!..


أرى أنك تتابع ما نشرته الجريدة عن وفاة السيد مراد!.. يبدو من صورته أنه كان شخص من الصعب التعامل معه!..
فعلا!..

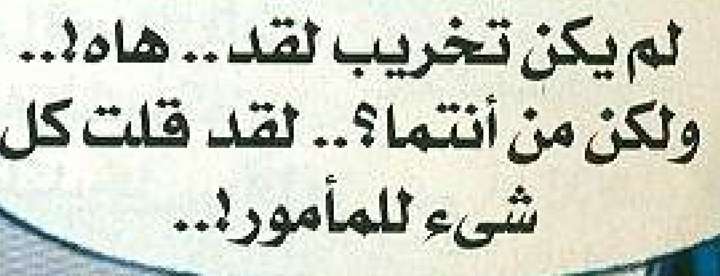

ان منصور الميكانيكى الخاص بسيارة السيد مراد كان دائما ما يقول ذلك عليه!.. فالسيد مراد كان دائما يوبخه وقبل الحادث بوقت قصير تعرض منصور للتوبيخ الشديد من السيد مراد لأنه لم يقم بصيانة سيارته كما أمره.


ها هو منصور يذهب إلى الجراج بعد أن أنهى فترة راحته يمكنكما أن تسألاه..


هل توصلت لشىء أيها المفتش..؟
نعم!.. تعال معى


منصور؟.. ها هو هناك.. فى نهاية الجراج.. لقد بدأ عمله منذ دقائق..!..


نعم!.. أنا منصور!.. هل من خدمة؟..
سؤال بسيط يحتاج لاجابة.. لماذا قمتم بتخريب سيارة السيد مراد؟



لم يكن تخريب لقد.. هاه!.. ولكن من أنتما؟.. لقد قلت كل شىء للمأمور!..

أنا مخبر خاص.. والآن إسمعنى جيدا.. اذا كنت تخفى شيئاً فمن الأفضل لك أن تقوله لى الآن حتى لاتعرض نفسك للمشاكل..


حسنا!.. قبل أن يغادر السيد مراد أمس الجراج أمرنى بأن أقوم بصيانة السيارة ولكنه كان مستعجل جدا و.. فنسيت أن أحكم ربط إحدى الصواميل..


لقد تسببت بإخفائك هذه المعلومة عن الشرطة بأنهم اتهموا السيد سمير!..
هاه!.. أنا لم أقصد ذلك!.. ولكننى كنت خائف!..
ياله من مبرر غير إنسانى!..
من حسن حظك أن اهمالك فى أداء عملك لم يكن هو السبب الرئيسى فى الحادث..


وبعد قليل..
عظيم!.. الآن يجب أن أطلق سراح السيد سمير فورا..
و.. ولكن أشعر بأنه يوجد شىء غير طبيعى فى هذه القضية!


وفى نهاية اليوم..
هل تعتقد أن حل اللغز موجود فى مكان الحادث؟
نعم! لقد قفز إلى رأسى خيط مهم جدا!..
الآن إتضحت القضية كلها.. وأصبحت أرى جميع الخيوط بوضوح..
يالك من سعيد الحظ فأنا مازلت لا أرى أى شىء!..


اذهب وابحث عن المأمور وانتظرانى هنا سأعود إليكما بعد أن أتأكد من شىء مهم!..
مقهى
لا!.. أنا لا أمزح مع حضرتك!.. ها هو المفتش قادم!..
إلى أين سنذهب؟..
سنذهب لنرى الجانى..
أثار رد المفتش نبيه دهشة المأمور الذى حاول بصعوبة أن يفهم ما الذى يقصده نبيه بإجابته المختصرة ولكنه للأسف فشل..



نبيه







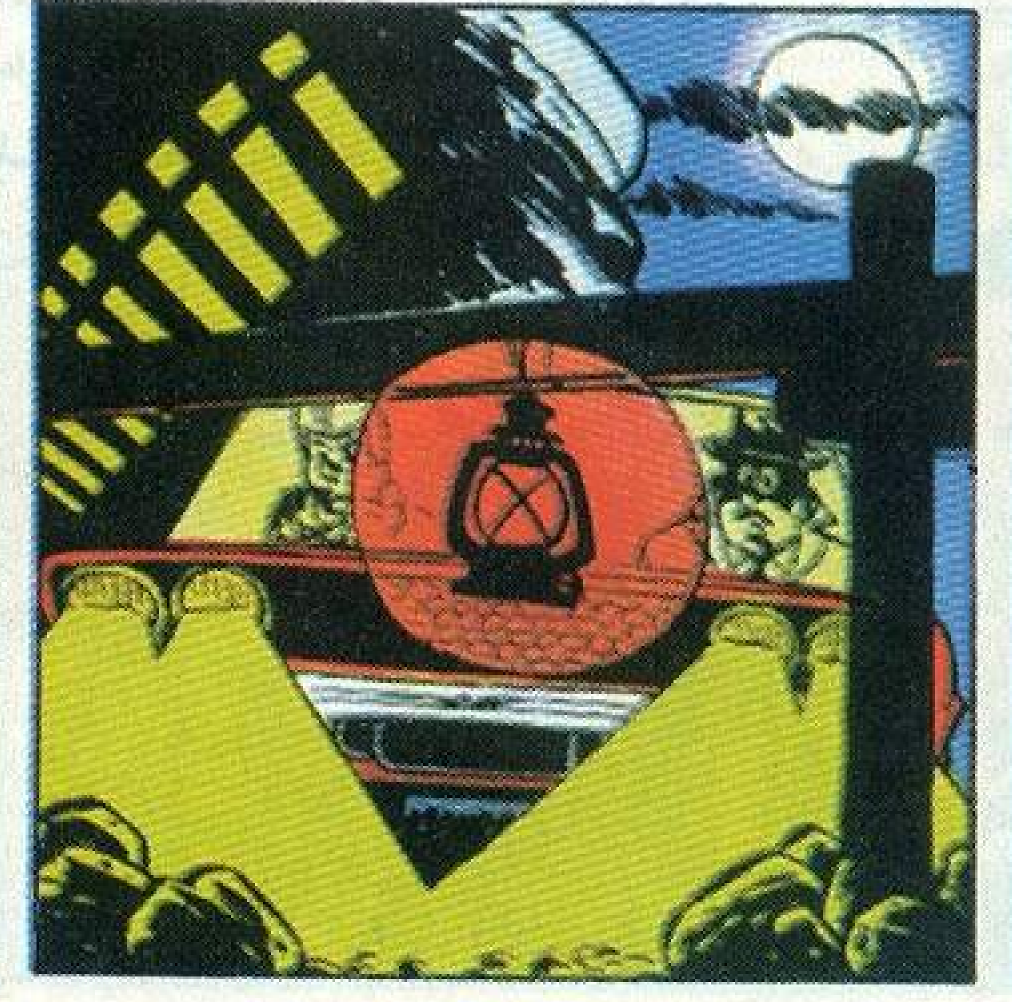
هل توصلت لمعرفة الجانى؟
نعم!.. ولكن من المستحيل القبض عليه أيها المأمور!..
سنسير فى نفس الطريق الذى سار به السيد مراد مساء أمس وتقريبا فى نفس الوقت أيضاً



انتبه أيها المأمور فالجانى ينتظرنا هناك فوق الصخور..



!





هااا!.. ما هذا الضوء الفظيع؟!
انه ضوء الفنار العائم!.. لقد تمكنت من السيطرة على السيارة وتوقفت ولكن السيد مراد فشل فى ذلك!..



أنظر!.. تلك السفينة التى تقف هناك فى وسط الأمواج.. انها فنار عائم وهى تخضع لعملية إصلاح وصيانة منذ مساء أمس ولقد تأكدت من ذلك



ان ضوء الفنار الشديد عندما يواجه الطريق يكون شديدا جدا ومن سوء حظ السيد مراد أن الضوء فاجأه مساء أمس أثناء قيادته للسيارة هنا..



تسبب ضوء الفنار فى عدم رؤية السيد مراد للحظة وفى هذه الأثناء اختل بين يديه مقود السيارة فسقط فى الماء!



هىء هىء!.. ياله من جانى!.. الضوء هو الجانى!.. جانى جانى جانى!.. هىء هىء!..
كف عن مزاحك السخيف ياماهر!!!

تمت

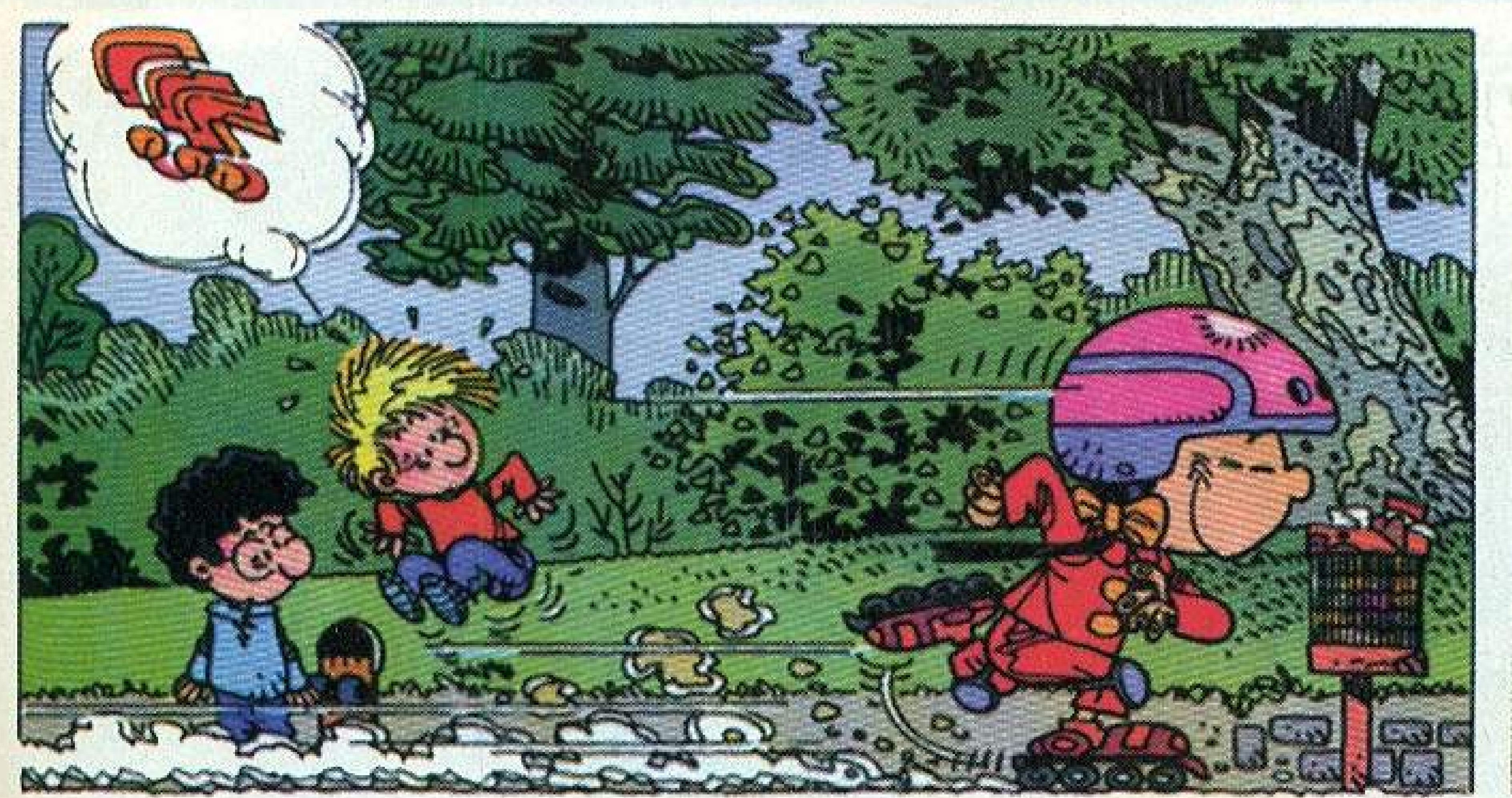
كراملة.. بففف.. كرا.. ملة.. انتظرى!..أ..
بففف.. أريد أن أقول لك شيئا.. بففف.. بفف..
بففف
كراملة!

كراملة!!

هاأ هاأ هاأ هاأ

بففف.. ياخبر!.. انها تجرى
بسرعة شديدة جدا!.. بففف!..

















بابا! ماما! أنا عاوز قبقاب تزحلق!..

طراااخ





أنا لامانع عندى من أن أشترى لك قبقاب تزحلق ولكن على شرط أن تعمل بجد للحصول عليه.. يعنى تعمل أشياء نافعة ومفيدة تستحق عليها بعض النقود..

بابا عنده حق يابندق.. أنت كبرت الآن ويجب أن تعتاد على أن تساهم بمجهودك فى شراء الأشياء التى تريدها..

وهذا رأى أنا أيضا


بندق


أنت تساهم ونحن سنساعدك..
من نحن؟


أباك وأنا..
نعم أنا أعدك بذلك..

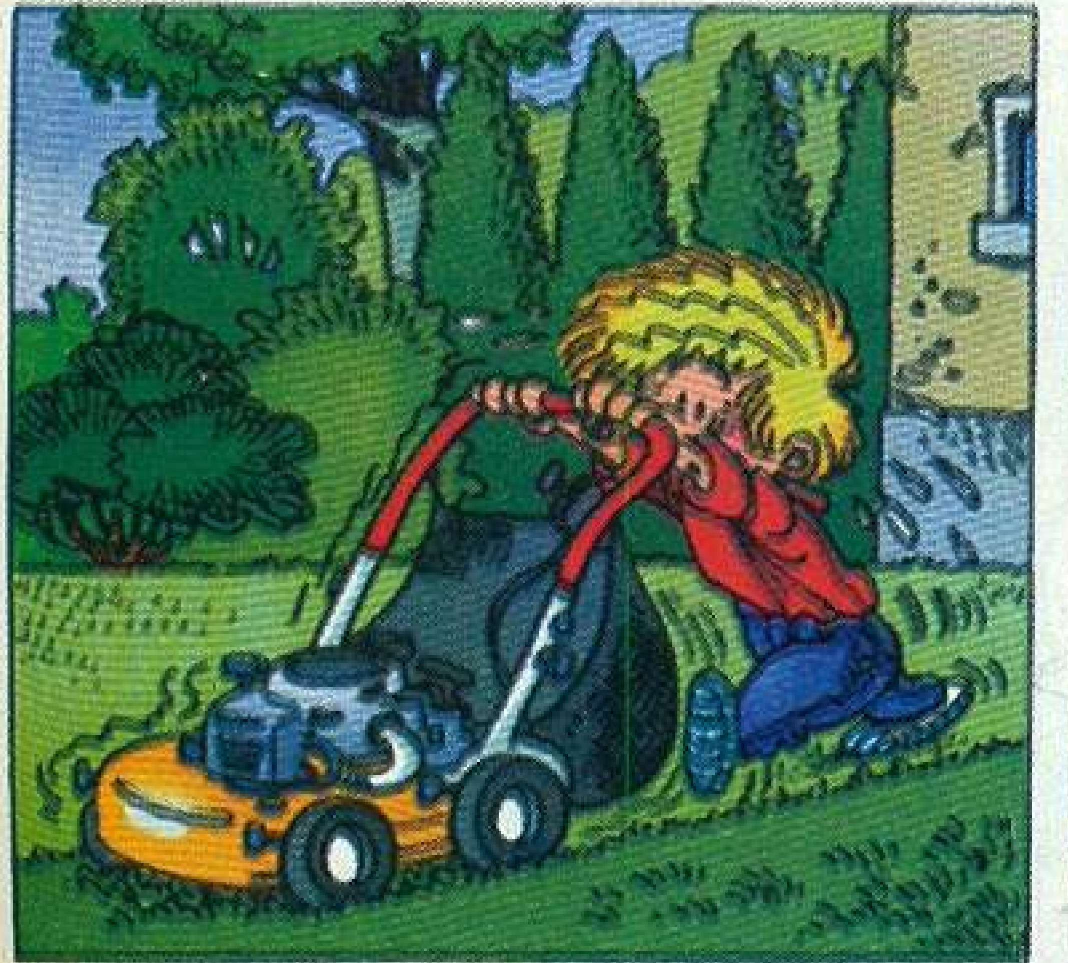

ثم أنا متأكدة أن جدك سيشارك هو أيضا.. أليس كذلك يا بابا؟
بابا؟


وفى اليوم التالى
امسك الحبل جيدا يابندق ولاتدعه يفلت من يدك وإلا لن تستطيع اللحاق بجل جل وربما يتوه منك.
لاتقلقى ياطنط!
هاااو


أنا سعيدة جدا لأنك إقترحت على يابندق أن تقوم برعاية قططى الجميلة أثناء خروجى لإنجاز مشاويرى المهمة..
هـ.. هاااه!.. أنا أكثر سعادة!.. خذى كل وقتك ياتيته!..


هل تريدين مساعدة ياسيدتى؟
يالك من ولد ظريف!..


براڤو يابندق لقد تحسنت كثيرا عن الشهر الماضى!..
شهادة




النقود ياصغيرى!.. هل ستشترى بها شيئا مهما؟..
هه!.. نعم!..


لقد بذلت مجهودا كبيرا جدا طوال الأسبوع الماضى ولم أحصل إلا على القليل!..
لا تيأس بسرعة يابندق!..




هل كان جل جل مطيعا اليوم يابندق؟..
هاه!.. نعم!!!...


يبدو أنك قد أصبحت تحب القطط مما دفعك لكى تصمم أن تأتى مرة أخرى لرعايتها أثناء غيابى عن المنزل..
فعلا!..




أوووووه!..
شهادة


هل مازال ينقصك الكثير من المال اللازم لشراء قبقاب التزحلق؟
نعم!.. لم أجمع سوى ربع المبلغ..


إذن خذ هذا المبلغ انه مصروفى ولكنى يجب أن تعدنى بأنك عندما تشترى القبقاب تسمح لى بأن أرتديه عندما أطلب منك ذلك..


أعدك


وفى النهاية..
براڤوووو يابندق.. لقد نجحت فى الإختبار.. الآن يمكنك أن تذهب لتشترى القبقاب الذى تريده فماما وجدو وأنا قررنا أن نكمل لك ثمنه الذى ينقصك..


هيييه!




عمي! ألم توافق على مشاركتنا فى المساهمه فى شراء قبقات التزحلق لبندق؟
إيه.. طبعا!.. أنا لم أمانع!.. كم تريد

بندق











فيما بعد..





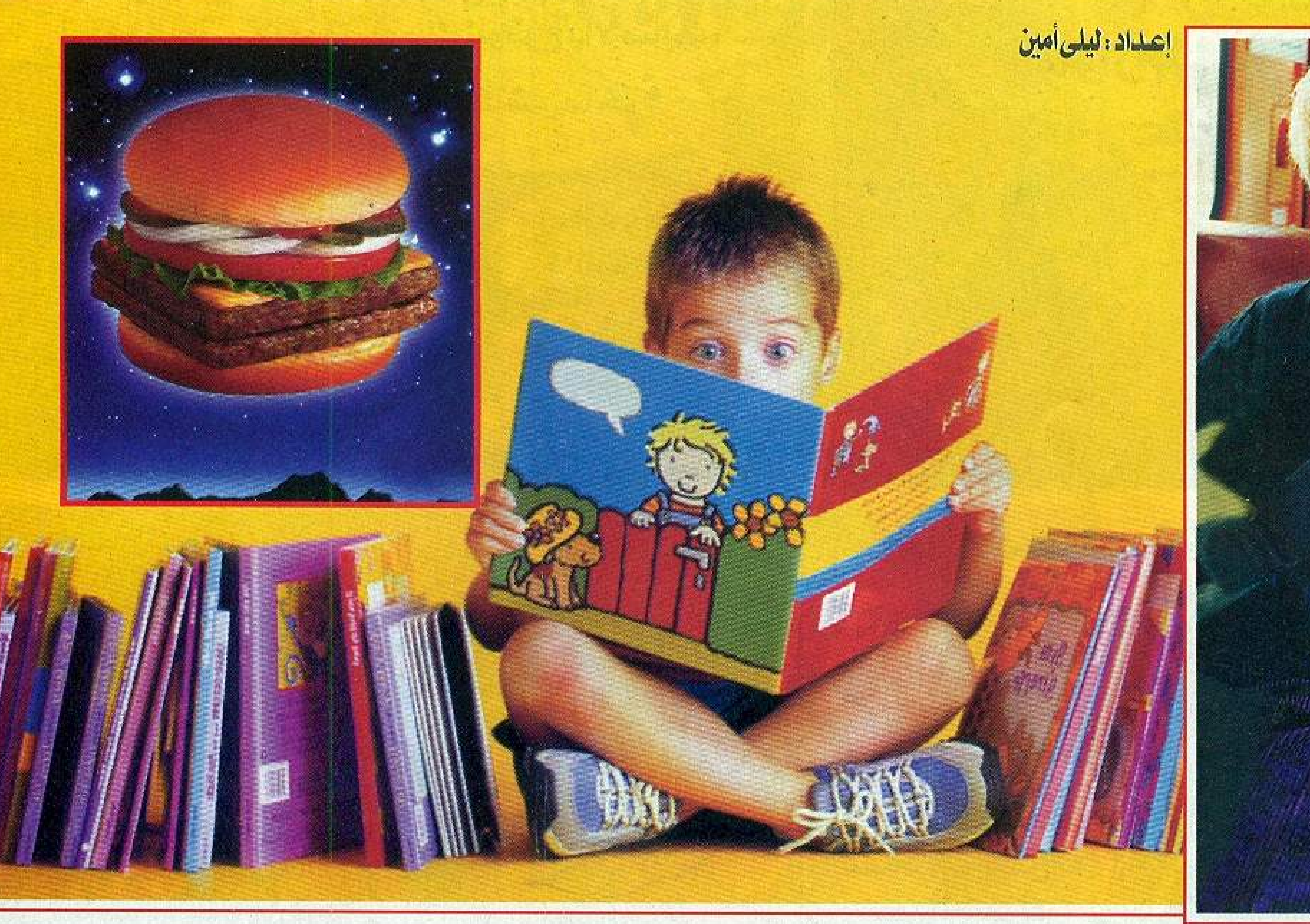
شوشو فتاة لدغاء تنطق حرف «الراء» «لام».

تمت

يا أهلا بالاستعداد بالمدرسة

وجبة الافطار طاقة.. وحيوية.. وتركيز.. ونجاح أكيد

كل سنة دراسية وأنت بخير وصحة.. مع أول أيام المدرسة نلاحظ كلنا أنه مازال الجو يميل الى الحرارة، وعلى ذلك فانك غالبا ما تفقد شهيتك لتناول الطعام وخاصة بالنسبة لوجبة الافطار. ومازال الوقت ضيق جدا فى الصباح، حتى تلحق بموعد بدء اليوم الدراسى، بسبب انك مازلت معتادا على الاستيقاظ متأخرا فى صباح أيام الاجازة الصيفية الطويلة. وعليه فانك وخصوصا فى الايام الاولى من السنة الدراسية، تستيقظ على آخر لحظة ممكنة، ثم تسرع فى ارتداء ملابسك، وفى قطع المسافة الى مدرستك قبل أن يرن جرس طابور الصباح. فلا يكون عندك الوقت حتى للتفكير فى وجبة أفطارك.



إعداد: ليلى أمين

للسببين

وسواء كان السبب الاول وهو حرارة الجو، أو السبب الثانى وهو ضيق الوقت فى الصباح، فان النتيجة واحدة، وهو اهمالك لوجبة الافطار، وعدم حرصك على تناولها، هذا على الرغم من أهمية وجبة الافطار فى حياتك، كتلميذ شاطر، ونجيب.

ما هى أهميتها؟

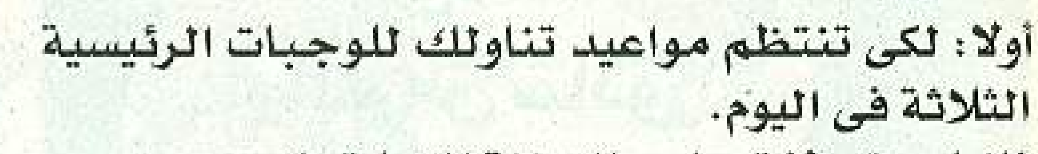
تأتى أهمية وجبة الافطار فى الصباح، لانها من المفروض أن تمد الجسم بحوالى ٢٥٪ من السعرات الحرارية اللازمة له طوال النهار من خلال تناولها.
كما تتركز أهمية هذه الوجبة لسبب كبير. وهو انه فى الصباح وعندما تستيقظ من النوم، تكون قد امتنعت عن تناول أى طعام منذ عدة ساعات طويلة، قد تصل الى ١٢ ساعة.. هى الفترة التى قضيتها بعد تناول وجبة العشاء فى الليلة السابقة، وحتى استسلامك للنوم فى المساء ثم فترة ساعات النوم الطويلة، وحتى الاستيقاظ فى الصباح مما يتسبب فى أن تصبح نسبة السكر فى الدم منخفضة، أو قليلة عن المعدل العادى والطبيعى للجسم.
وبالتالى، فان انخفاض نسبة السكر فى الدم، يؤثر على التركيز الذهنى عندك، كما يقلل من طاقتك، ويجعلك تشعر بالتعب سريعا، بل ولقد تشعر ببعض الدوار.
لذلك فان تناولك لوجبة الافطار بانتظام، كفيل بأن يحميك من أى من هذه المعاناة. لان كلها تؤثر جدا على حسن استيعابك لدروسك، وعلى درجة قدرتك على التركيز على الشرح الذى تسمعه للدروس الجديدة، وكذلك على حسن ادائك فى الفصل، وذلك طوال الفترة الصباحية من اليوم الدراسى.

الافطار والبدانة

أما المشكلة الاكبر، فهو أن عدم تناول الافطار فى الصباح الباكر، يساعد على الاصابة بالبدانة، وهى ضارة جدا بمن هم فى مثل عمرك الصغير.
فان عدم تناول وجبة الافطار لأى سبب كان، يجعلك تشعر بالجوع أثناء اليوم الدراسى، مما يجعلك تسرع بتناول الحلوى، أو المخبوزات الحلوة لكى تقاوم الشعور بالجوع المفاجىء، وبالتعب. وهنا يختزن الجسم ما يزيد عن حاجته منها فى صورة دهون، فيؤدى ذلك الى زيادة الوزن والاكثر من ذلكفان تلك الحلوى والمخبوزات تفسد شهيتك فلا تقبل على تناول وجبة الغذاء. بل وقد تقبل على تناول المزيد من الحلوى كعلاج سريع للشعور بالجوع المؤقت، فيزيد ضررها فى أن تضطرب مواعيد تناولك للوجبات الغذائية بانتظام فى اليوم الواحد.

مهم جدا

وهنا لابد من أن نؤكد على معلومة مهمة جدا لك، وهى أن الانتظام فى تناول الوجبات الغذائية الثلاثة، يساعد على فتح الشهية، وعلى تناول الكميات اللازمة من الاطعمة التى تفيد الجسم على مدار اليوم كله.
لذلك من المهم جدا أن تتناول وجبة الافطاروذلك:



أولا: لكى تنتظم مواعيد تناولك للوجبات الرئيسية الثلاثة فى اليوم.
ثانيا: حتى لا تصاب بالبدانة الضارة بك.
وثالثا: لان هذه الوجبة تمثل الطاقة اللازمة لكل انسان لكى يستطيع أن يقوم بالمجهود اليومى المطلوب منه طوال اليوم.
ورابعا: لكى تحسن التركيز أثناء اليوم الدراسى.
وخامسا: لكى تحافظ على الطاقة والحيوية اللازمة لك ليوم دراسى طويل.

مواصفات

ولكى تكون وجبة الافطار مفيدة، ومؤثرة، يجب أن تحتوى على مختلف المواد الغذائية من بروتينات، ومواد نشوية، وفيتامينات.

فـالافطار يجب أن يحتـوى على ٤٠٪ من المواد البروتينية التى يجب عليك أن تتناولها فى اليوم الواحد، وهى توجد فى الفول المدمس، والبيض، واللبن الحليب ومنتجاته.

كما يجب أن يحتوى الافطار على معظم ما تحتاجه خلال اليوم، من فيتامينات، وخاصة فيتامين «ج C» وهو يوجد فى الليمون، والبرتقال، وكذلك ما تحتاجه من فيتامين «أ A» وهو الذى يوجد فى الجزر، أيضا فى الالبان.

أيضا يجب أن يحتوى الافطار على المواد النشوية. ونجد أن الخبز بأنواعه غنى بها.

وجبات مثالية

وعلى ذلك فيمكننا أن نحصل على وجبات أفطار كاملة المواد الغذائية مثل:-

- طبق صغير من الفول المدمس بالزيت والليمون، مع نصف رغيف خبز. مع كوب من عصير البرتقال، أو الجزر.
- قطعة من الجبن الابيض مع نصف رغيف خبز، مع كوب من الشاى الخفيف باللبن الحليب، أو عصير الجزر.
- بيضة واحدة، وملعقة مربى مع نصف رغيف خبز، مع كوب من اللبن الحليب بالكاكاو، أو عصير البرتقال.
- عسل أسود بالطحينة، مع ٢ حبة زيتون اسود، مع نصف رغيف خبز، وكوب من الشاى الخفيف باللبن



- طبق صغير من البيض بالعجوة، مع نصف رغيف خبز، ومعه كوب من اللبن الحليب بالكاكاو، أو عصير الجزر.
- شريحة من الجبن الرومى، مع ملعقة صغيرة من المربى، مع نصف رغيف خبز، مع كوب من الشاى الخفيف، باللبن الحليب.



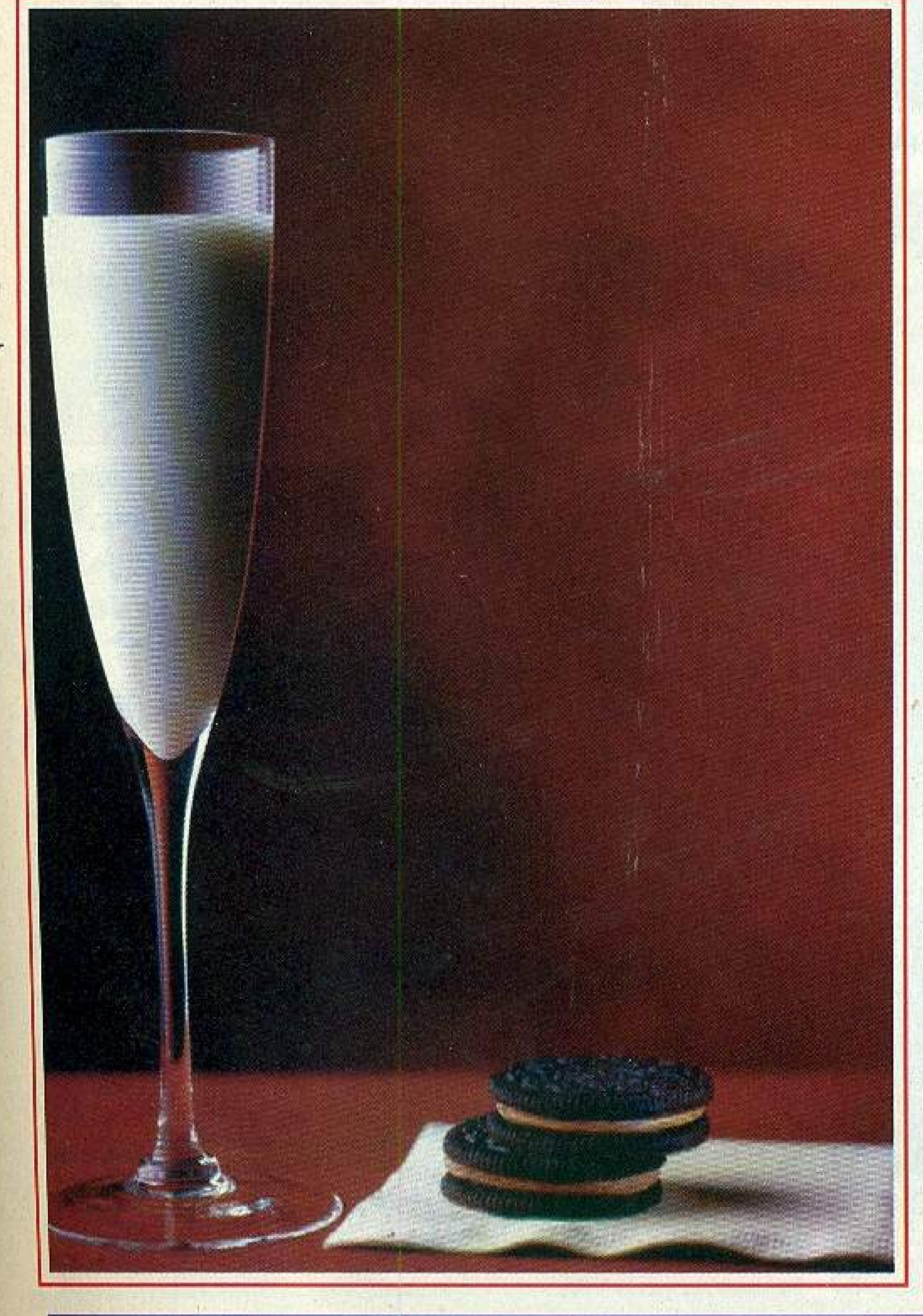
الكلام العلمى

ترى هل اقتنعت بكل هذا الكلام الذى سقناه لك عن أهمية تناول وجبة الافطار، فى الصباح، وقبل بداية اليوم الدراسى، وقبل سماعك لرنين جرس بداية طابور الصباح؟

اذا الاسلوب العلمى، هو الذى يقنعك فتعال معى فى جولة علمية سريعة، وموثقة بالحقائق والارقام.

فلقد اجريت دراسة مهمة جدا فى المركز القومى للبحوث فى مصر بغرض دراسة تأثير تناول وجبة الافطار قبل بداية اليوم الدراسى، على القدرات الذهنية لدى أطفال المدارس الابتدائية. فتم اجراء بحث على مجموعة من تلاميذ ٣ مدارس ابتدائية حكومية، فجاءت هذه النتائج المؤكدة:

- ان ٥٢,١ ٪من الاطفال لم يتناولوا افطارهم فى ذلك اليوم الذى اجرى فيه البحث - وكانت هذه هى عادتهم.
- تبين أن الاطفال الذين لم يتناولوا وجبة الافطار، كانت كمية البروتين، والكربوهيدرات، والدهون عندهم، أقل عنها من الذين تناولوا افطارهم.
- ان الوزن والطول بالنسبة للعمر كانا أقل من المعدل الطبيعى، فى ٨١ طفلا من بين ١٩٠ أى انهم يعانون سوء التغذية عن اقرانهم الاصحاء.
- أيضا كانت قياساتهم أقل فى جميع اختبارات القياسات النفسية والحالة العقلية العامة.
- ان هؤلاء الاطفال المصابين بسوء التغذية يتناولون معدلات اقل من كل من عنصر الحديد، والزنك، وفيتامين ب B عن اقرانهم الاصحاء. اذ أن عنصر الحديد له أهمية كبرى فى القدرة على الانتباه.



والنتيجة الحتمية

وهكذا نقتنع بالدليل العلمى بأهمية تناول وجبة الافطار، قبل بداية اليوم المدرسى، ويا حبذا لو كانت فى الصباح الباكر حتى تتحقق الاستفادة من قدرتك على زيادة التركيز فى التحصيل الدراسى.. وبذلك تضمن نجاحك الدائم.. منذ أول يوم فى الدراسة.

أبو سريع



منحدر
هىء!.. ياله من سائق دراجة فاشل!.. انه يخاف المنحدرات!..



منحدر



شكرررررر



وااااو!.. ياله من سائق دراجة جرىء!.. هل رأيت سرعته!؟..
هااااا!.. لقد حطم الرقم القياسى!.. من المؤكد انه هو الذى سيفوز بالمركز الأول!!!!..



إمسك حرامى!
منحدر

تمت

من أسماء الله الحسنى

العدل

بسم الله الرحمن الرحيم

وإلهنا وإلهكم واحد ونحن له مسلمون

العدل كلمة واسعة الدلالة تشمل الكثير من المعانى، وهى كصفة لله تعالى تعنى انه عز وجل هو العدل المطلق الذى يعدل بين عباده، فيجازى المحسن ويثيبه على احسانه ويجازى المسيء ويجزيه بذنبه. وهو بذلك يضع الشيء فى موضعه الصحيح ويعطى لكل ذى حق حقه - ووضع الشيء فى موضعه الصحيح هو عين العدل، أما وضع الشيء فى غير موضعه فهو الظلم، وحاشا لله العدل أن يتصف بالظلم.

فقد قال فى الحديث القدسى الطويل «يا عبادى انى حرمت الظلم على نفسى وجعلته بينكم محرما فلا تظالموا» رواه مسلم.

والآيات القرآنية التى تؤكد هذه الحقيقة كثيرة ومتعددة قال تعالى: «وما أنا بظلام للعبيد» وقال «ومن يعمل من الصالحات وهو مؤمن فلا يخاف ظلما ولا هضما» فالعدل صفة ضرورية ولازمة لله تعالى، فهو لا يحكم الا بالحق ولا يقول الا الحق.

ولعل اتصاف الله تعالى بالعدل المطلق ما يجعل الانسان مطمئنا على مصيره، فهو يعلم ان ما يقوم به من عمل لن يضيع سدى ولن يذهب هباء، ولكنه سيلقى كل تقدير وعناية، فان كان خيرا فخيرا وان كان شرا فشرا.

ومن معانى اسمه تعالى «العدل» أى الذى خلق الاشياء بميزان عجيب وتوازن دقيق، بحيث لا تبدو هذه الاشياء فى تنافر أو اختلاف، وأول المخلوقات التى يظهر فيها هذا التوازن الدقيق هو الانسان نفسه، حيث سواه الله فى أحسن صوره وأفضل تقويم، قال تعالى: «يا أيها الانسان ما غرك بربك الكريم الذى خلقك فسواك فعدلك فى أى صورة ما شاء ركبك» الانفطار ٦ - ٨

واذا أمعن الانسان النظر فى الكون وما يحويه من أرض وسماء ونجوم وكواكب وبحار، أيقن أن ميزان الخلق معتدل لا خلل فيه، فالعلماء يحدثوننا عن اعجاز الله فى خلق الكون بنسب دقيقة وتوازن عجيب، فالشمس لو اقتربت قليلا من الارض لاحترقت، ولو ابتعدت قليلا لتجمدت، والقمر لو اقترب أكثر من ذلك من الارض لاغرقت المياه اليابسة ولو ابتعد قليلا لجفت المياه من الارض، ولو حدث ذلك لتوقفت حركة الحياة تماما، يقول تعالى: «تبارك الذى بيده الملك وهو على كل شيء قدير، الذى خلق الموت والحياة ليبلوكم ايكم احسن عملا وهو العزيز الغفور، الذى خلق سبع سماوات طباقا ما ترى فى خلق الرحمن من تفاوت فارجع البصر هل ترى من فطور ثم ارجع البصر كرتين ينقلب اليك البصر خاسئا وهو حسير» الملك ١ - ٤

فسبحان الله الحكم العدل الذى لا يظلم احدا ولو كان مثقال ذرة، اذا عفا فبرحمته وعفوه وفضله، واذا عاقب فبعدله، وسبحان الله العدل الذى خلق الانسان والكون والكائنات جميعا فى توازن عجيب ودقة متناهية تدعو كل ذى عقل الى الايمان بعظمته وقدرته.

وقد فضل الله من عباده الذين يعدلون فى قولهم وفى حكمهم والذين يأمرون بالعدل، لان ذلك دليل على تمسكهم بالقيم والمبادىء قال تعالى: «وضرب الله مثلا رجلين احدهما أبكم لايقدر على شيء وهو كل على مولاه أينما يوجهه لا يأتى بخير هل يستوى هو ومن يأمر بالعدل وهو على صراط مستقيم» النحل: ٧٦ وقد أخبرنا الرسول صلى الله عليه وسلم انه من بين من يظلهم الله بظله يوم القيام الامام العادل.

ومن الآيات القرآنية الجميلة التى احتوت على جملة من الاداب والاخلاق - رغم قصرها - قوله تعالى «ان الله يأمر بالعدل والاحسان وايتاء ذى القربى وينهى عن الفحشاء والمنكر والبغى يعظكم لعلكم تذكرون» النحل ٩٠ ولعل المتأمل فى هذه المعانى الجميلة يدرك أن الله تعالى لايأمرنا الا بكل ما هو جميل وطيب، وذلك لكى تستقيم حياتنا على الحق والعدل والمساواة والحب، ولم يأمرنا الله أبدا بالاثم والعصيان والبغض والكراهية، لان ذلك يحول الحياة الى جحيم لا يطاق، والذى يتدبر آيات القرآن الكريم وأحاديث الرسول صلى الله عليه وسلم يدرك أن العدل هو أساس كل شيء فلا يقبل عمل انسان ظالم لا يعرف العدل قلبه، ولابد أن يكون العدل مع الجميع مع القريب والغريب مع الصديق والعدو وذلك حتى تستقيم حياتنا، ونعيش فى حب وتسامح وطمأنينة.

يكتبها: د. وجيه يعقوب


دورى مى


صباح الخير يا تيتو!
هممم


ألم ترتدى ملابس الحفلة بعد؟


خذ البس هذه


والآن ليأخذ كل واحد مكانه
تاك تاك تاك
حاضر يا مايسترو


الكلب يجرى والقطة تجرى..
ترللا ترللا


مياوووو
أكلك منين يا قطة؟ ترللا
أكلك منين؟ ترللا


مياوو


ماذا حدث لتيتو
يبدو أنه رأى كابوسا مفزعا أثناء نومه

تمت

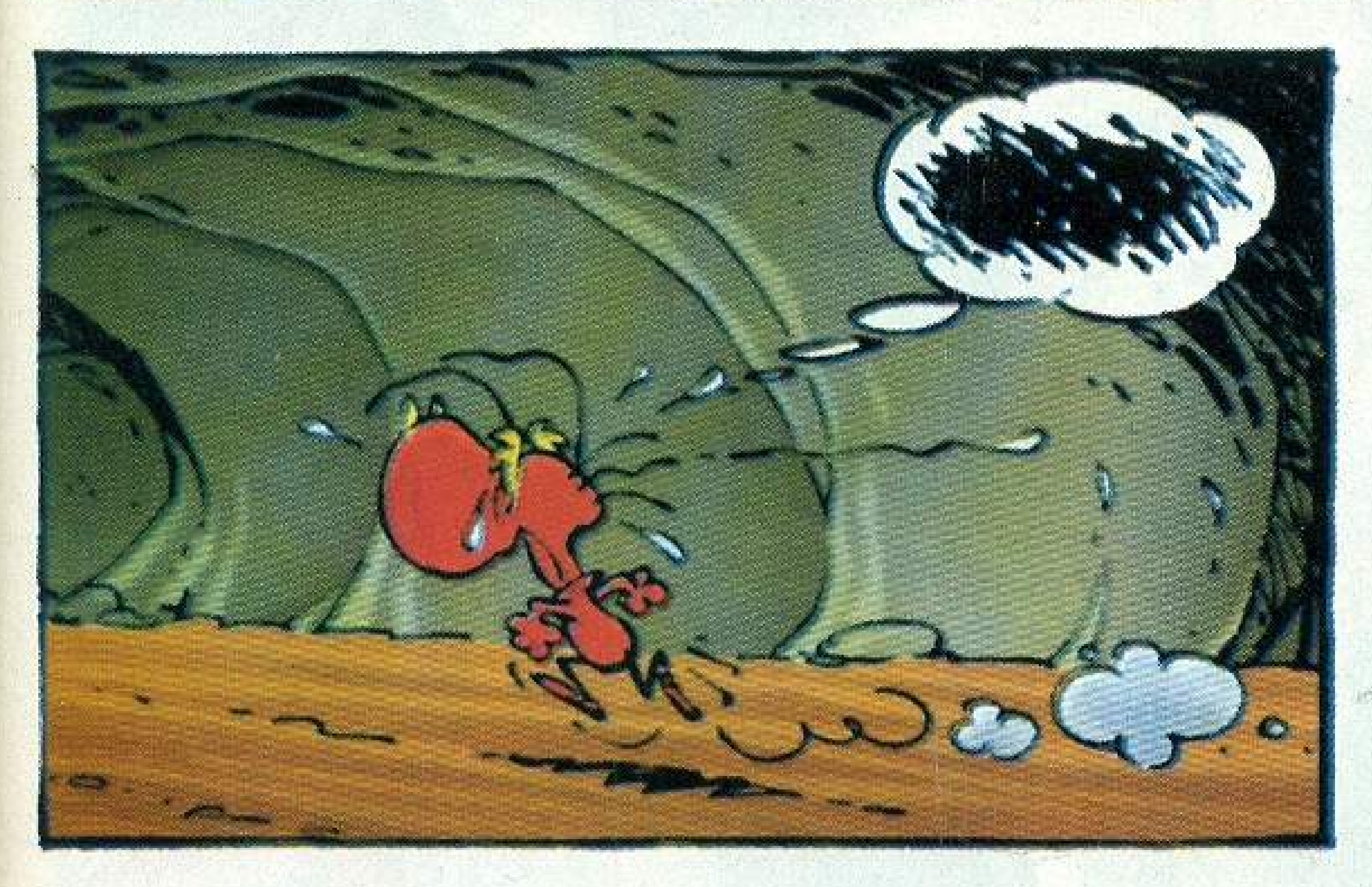
شنطة عملية

هذا الاسبوع نقدم لاصدقائنا مجموعة من الحقائب المدرسية الحديثة وأهم شىء يجب أن نهتم به عند شراء الحقيبة الجديدة هى أن تكون مصممة بشكل مريح للظهر ومتعددة الجيوب لتستوعب كل مستلزمات المدرسة ويجب عدم التسرع عند اختيارها لانها ستبقى معك طوال العام فلا يجذبك فقط شكلها ولكن الاهم أن تكون مريحة وصحية وعملية




يبدو أن هناك شخص
عزيز فقدناه..

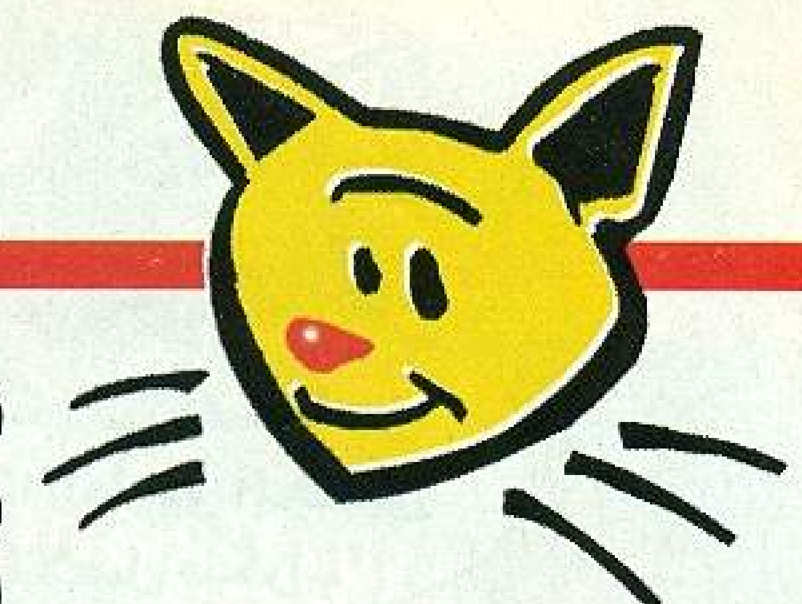

إهيء إهيء إهيء إهيء




لقد قلت لك يا نمول أن نصنع
البيتزا بالجبن فقط ولا داعى
لهذا البصل الذى أبكانا كلنا!
ولكن لا تنكر
أن رائحتها
بالبصل أجمل

تمت

مدينة الألعاب



نقدم لكم كل أسبوع مجموعة من أحدث الألعاب التى طرحت فى الأسواق العالمية وتناسب كل الأعمار لتتعرفوا على كل ما هو جديد فى العالم من حولنا وليس من الضرورى أن تكون هذه الألعاب متواجدة فى مصر.. بل الهدف هو معرفة كل ما هو جديد فى كل الألعاب...



كرة أرضية تستخدم كأباجورة وفى نفس لوقت تنطق اسم المكان الذى تريد عرفته بمجرد لمسه بأطراف أصابعك



حتى تظل غرفتك فى ربيع دائم طوال العام ضع هذه الساعة فيها فهى مزينة بالورود وتنطق الوقت كل ساعة مع سماع لحن جميل.





اذا كنت من هواة اللعب بالسيارات فهذه مجموعة كبيرة من السيارات المختلفة الاحجام ومعها شارع به منحنيات وانحدارات لتستمتع باللعب مع أصدقائك.

العروسة الرياضية



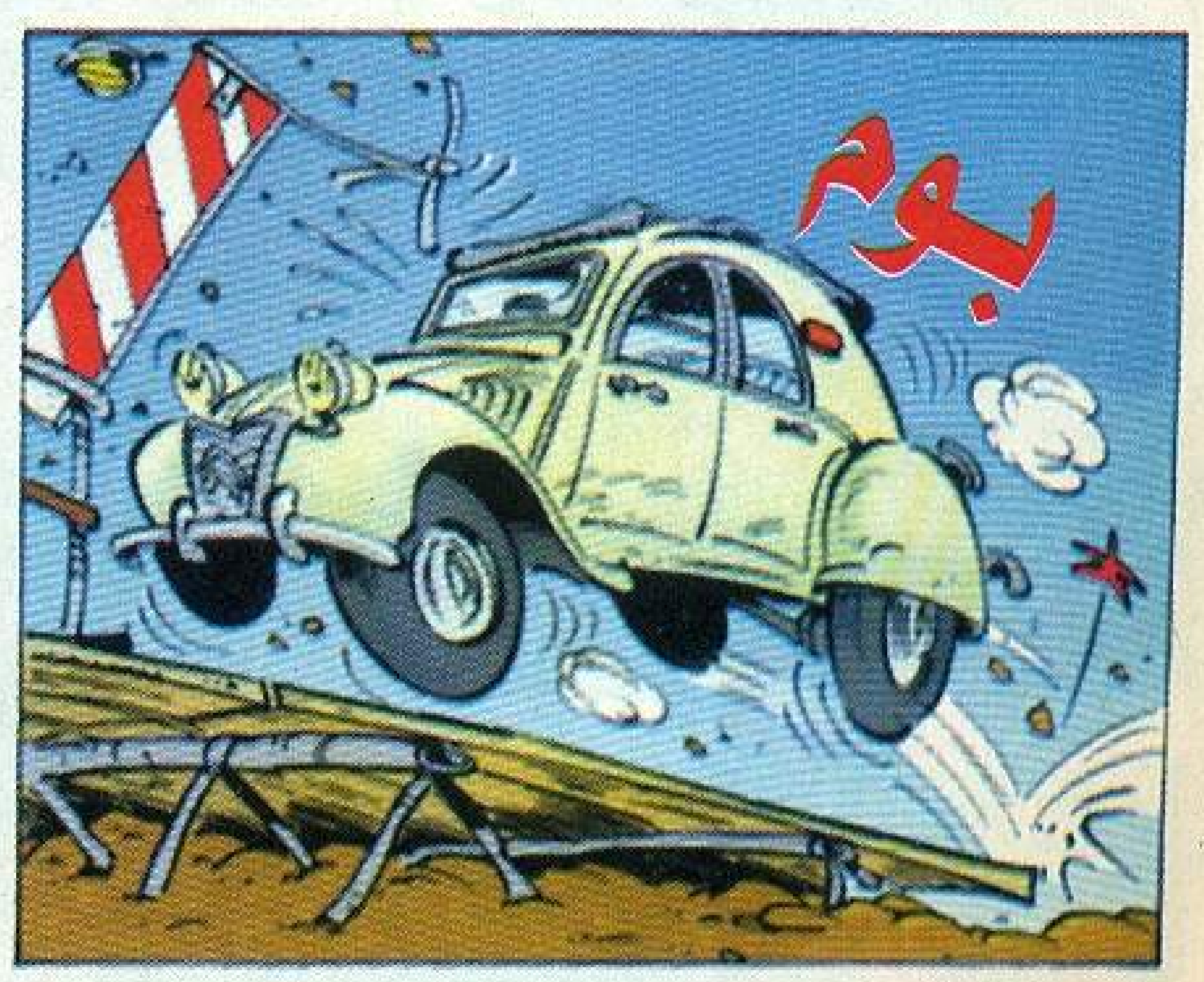
عروسة صغيرة رائعة الجمال تهتم بممارسة الرياضة وخاصة الباتيناج فبمجرد أن تدير زر التشغيل تنطلق بسرعة لتريك مهارتها فى التزحلق

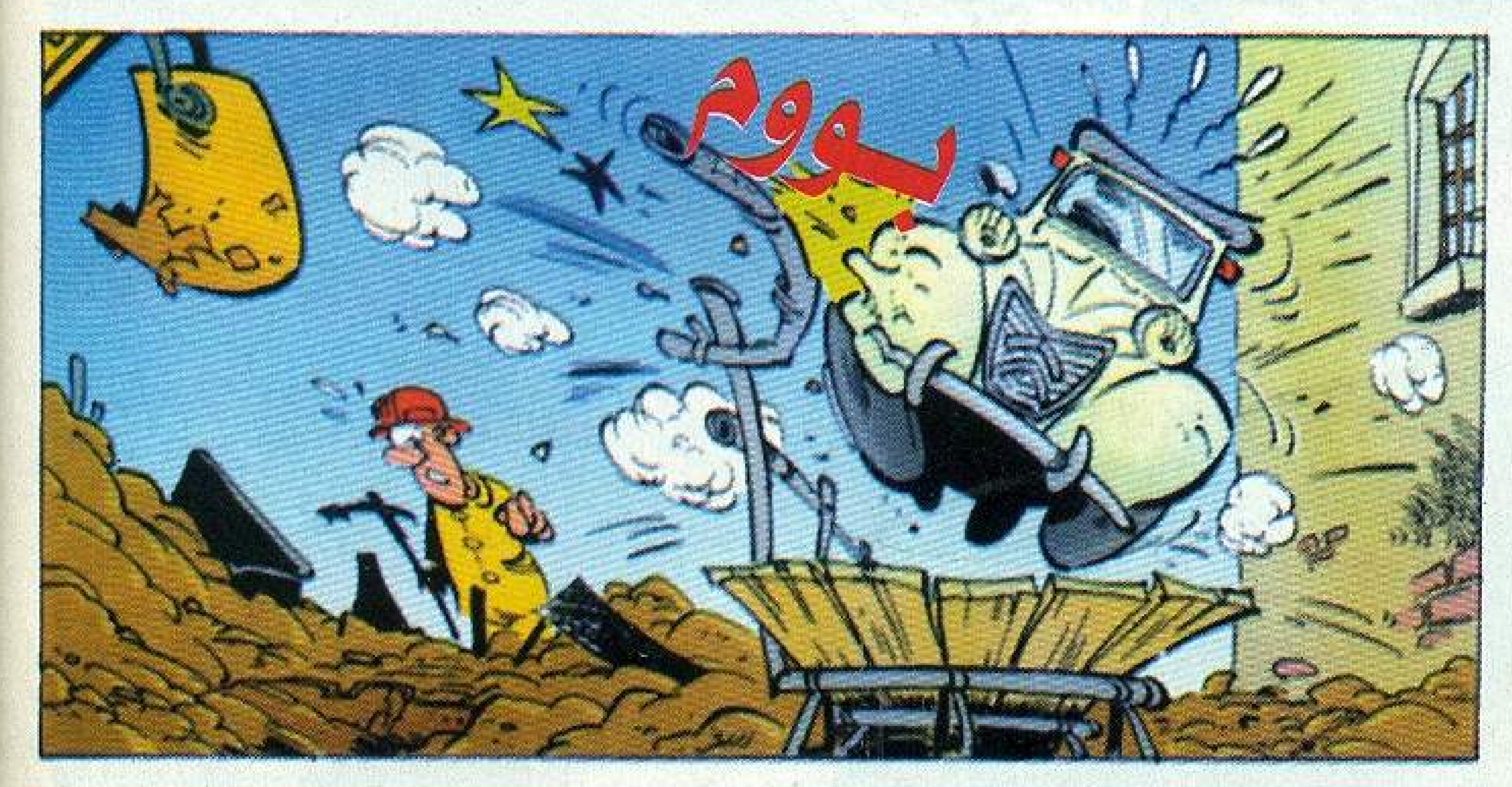
سيارة الأحلام







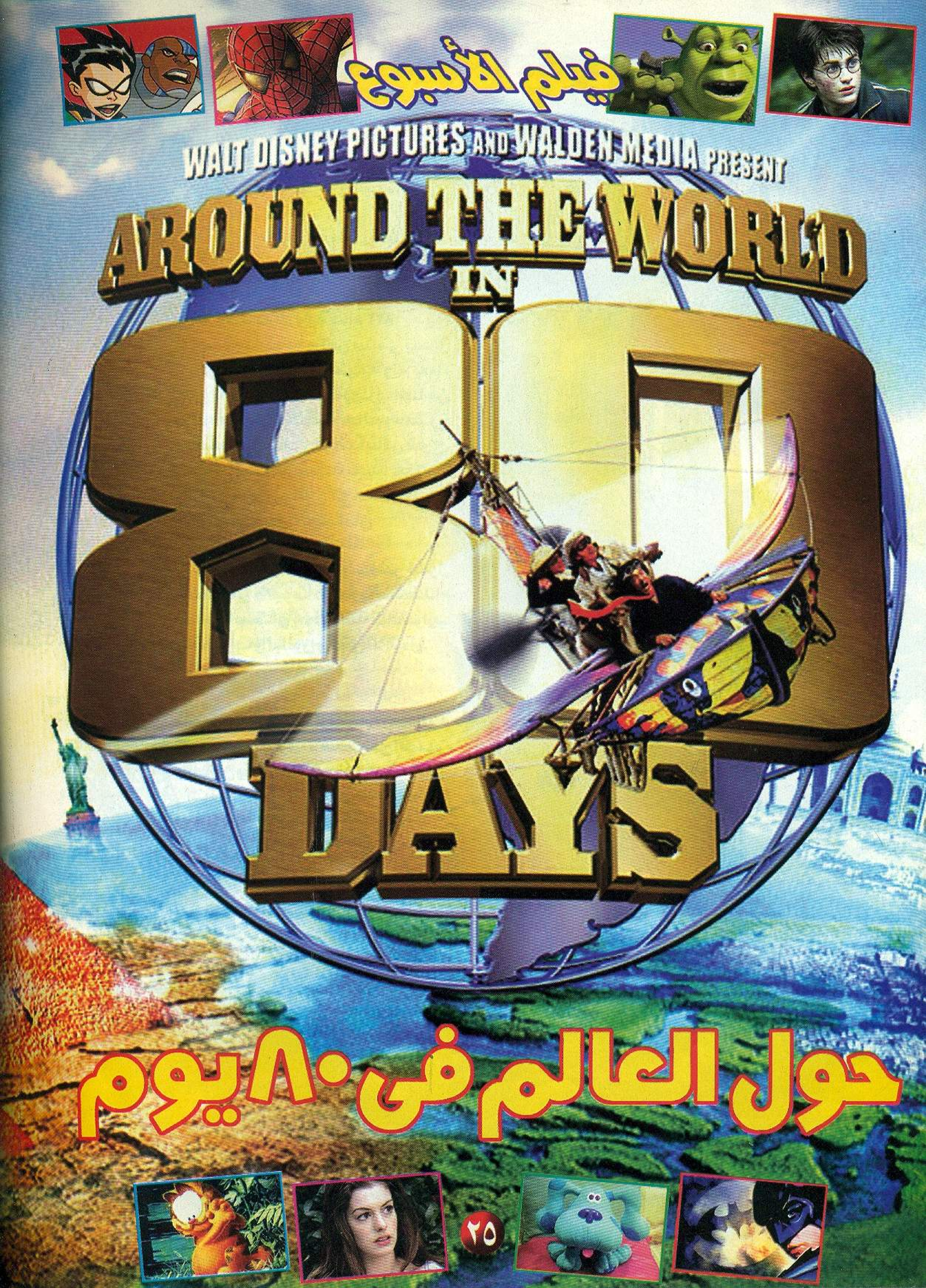








تمت


فيلم الأسبوع
WALT DISNEY PICTURES AND WALDEN MEDIA PRESENT
AROUND THE WORLD IN 80 DAYS
حول العالم فى ٨٠ يوم
٢٥

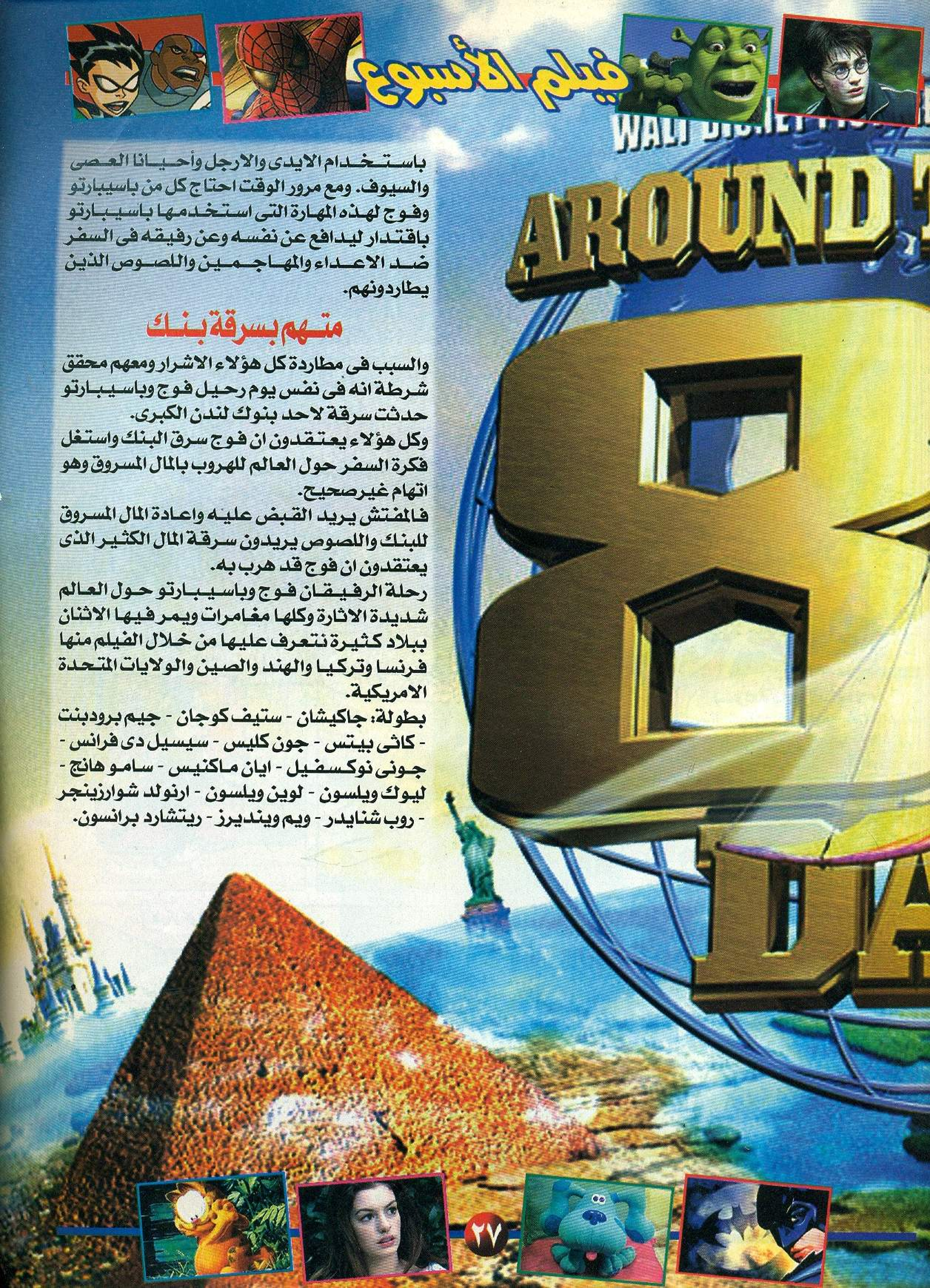


حول العالم في ٨٠ يوماً

تبدأ احداث الرواية عام ١٨٧٢ حيث نرى باسيبارتو وهو لص صيني يسرق حجراً كريماً مرتفع القيمة ولم يجد سوى طريقة واحدة يهرب بها من مطارديه وهي صحبة عالم ومخترع ومغامر من لندن هو فيلياس فوج. الاثارة الحقيقية تبدأ عندما يتراهن فيلياس فوج مع اصدقائه في نادي اسمه نادي الجنتلمان Gentelmen's club على أنه يستطيع أن يسافر حول العالم في ٨٠ يوما فقط باستخدام وسائل انتقال مختلفة كالقوارب والقطارات والبالون وحتى الافيال.

كاراتيه وفنون قتالية

كلنا نعلم ان معظم الرياضات القتالية نشأت في الشرق الاقصى في الصين واليابان وكان الهدف منها الدفاع عن النفس



باستخدام الايدى والارجل وأحيانا العصى والسيوف. ومع مرور الوقت احتاج كل من باسيبارتو وفوج لهذه المهارة التى استخدمها باسيبارتو باقتدار ليدافع عن نفسه وعن رفيقه فى السفر ضد الاعداء والمهاجمين واللصوص الذين يطاردونهم.

متهم بسرقة بنك

والسبب فى مطاردة كل هؤلاء الاشرار ومعهم محقق شرطة انه فى نفس يوم رحيل فوج وباسيبارتو حدثت سرقة لاحد بنوك لندن الكبرى.
وكل هؤلاء يعتقدون ان فوج سرق البنك واستغل فكرة السفر حول العالم للهروب بالمال المسروق وهو اتهام غير صحيح.
فالمفتش يريد القبض عليه واعادة المال المسروق للبنك واللصوص يريدون سرقة المال الكثير الذى يعتقدون ان فوج قد هرب به.
رحلة الرفيقان فوج وباسيبارتو حول العالم شديدة الاثارة وكلها مغامرات ويمر فيها الاثنان ببلاد كثيرة نتعرف عليها من خلال الفيلم منها فرنسا وتركيا والهند والصين والولايات المتحدة الامريكية.
بطولة: جاكيشان - ستيف كوجان - جيم برودبنت - كاثى بيتس - جون كليس - سيسيل دى فرانس - جونى نوكسفيل - ايان ماكنيس - سامو هانج - ليوك ويلسون - لوين ويلسون - ارنولد شوارزينجر - روب شنايدر - ويم ويندرز - ريتشارد برانسون.

الإرسال مازال غير واضح!

فى هذه الاثناء سأذهب الى المطبخ لاشرب عصير

أنا أيضا أريد عصيرا

عصير برتقال؟

أم عصير ليمون؟

عصير برتقال

يااااه! أخيرا الصورة ظهرت

بسرعة!

فركيكو!





تمت



المرجيحة الدوارة

بعض الزوار يستمتعون بركوب الارجوحة أو المرجيحة الدوارة فى حديقة ملاهى جزيرة كريستوفسكى فى سانت بطرسبرج، ويوميا يزور الحديقة ٣٠ ألف زائر للاستمتاع بدفء الشمس.

أطول سندويتش فى العالم

دخلت بلدة كفر قطرة بجبال الشوف اللبنانية جنوب شرق بيروت موسوعة جينس العالمية لصنعها أطول سندويتش فى العالم من خلال احتفال حاشد بلغ طوال السندويتش ٧٢٢ مترا ووضع على طاولات خاصة امتدت من وسط البلدة حتى اخرها حيث احتاج السندويتش الى ٣٥٠٠ رغيف و ١٤٠ كيلو لبن و ٢١ ألف حبة زيتون و ٢٨٠ كيلو بندورة و ٢٨٠ كيلو خيار و ٥٠٠ باقة نعناع بالاضافة الى زيت الزيتون.. استغرق تحضيره حوالى الشهرين بلغ عدد العاملين المشاركين فيها ١٨٠ شخصا أثناء تحضيره والمنفذين ٣١٧ شخصا.. الجدير بالذكر أن السندويتش اللبنانى حطم الرقم القياسى لأطول سندويتش فى العالم صنعته ايطاليا ويبلغ طوله ٧٠٠ متر.

فرصة للتصالح مع الذات

أوضح خبير فرنسى فى علم النفس أن فترة الاجازة فرصة يعيد فيها الانسان اكتشاف ذاته مرة أخرى. وقال ريديه لورو فى كتابه «الطابع النفسى للاجازة»، ان نوعا من المصالحة يحدث بين الانسان وذاته خلال الاجازة، وأضاف أن الناس ينقسمون الى فئتين: الاولى تفضل قضاء الاجازة فى المكان نفسه ويمارسون ما اعتادوا عليه فى الطفولة، لانهم بحاجة الى الشعور بالامان والفئة الثانية تحب التجوال بحثا عن ثقافات جديدة.

مكتبة طلعت حرب

اقامت مكتبة طلعت حرب التابعة لصندوق التنمية الثقافية بالتعاون مع جمعية بسمة أمل لرعاية المعاقين ندوة لتوعية أولياء الامور بكيفية التعامل مع أبنائهم من ذوى الاحتياجات الخاصة ودمجهم فى المجتمع. كما أقامت المكتبة عقب الندوة يوما مفتوحا لهؤلاء الاطفال لممارسة الانشطة الفنية المختلفة كالرسم والتلوين وعمل المجسمات والموسيقى والغناء.. كما اختتمت اليوم بعرض فيلم كارتون. الجدير بالذكر أن المكتبة تعد برنامجا ثقافيا وفنيا خاصا لذوى الاحتياجات الخاصة يوم الاثنين من كل أسبوع بمقر المكتبة بمنطقة زينهم.

جهاز جديد لمواجهة أزمات الربو

نجح باحث بريطانى شاب فى اختراع جهاز صغير وبسيط ورخيص من شأنه تحسين حياة مرضى الربو. وقال الباحث: وهو خريج حديث فى جامعة «برونويل» البريطانية ان الجهاز يعتمد على مسحوق طبى جاف يمكن استخدامه من ٥٠ إلى ١٠٠ مرة وأضاف أن الجهاز لا يتجاوز حجمه ستة ملليمترات، ويمكن حمله داخل محفظة الجيب، ويشغل حيزا يماثل حجم بطاقة الائتمان، ويتراوح ثمنه بين جنيهين وثلاثة جنيهات استرلينية.

الأورانج أوتان الراقص

قرد من قرود الاورانج أوتان يرقص على سقف سيارة فى تمثيلية وكأنه يلاكم خصما له. وقد أتهمت السلطات فى بانكوك مدير حديقة الحيوان بها بأنه يدرب الحيوانات حتى تؤدى هذه العروض.



القرن الزهرى

السمكة ذات القرن الزهرى تسبح فى حوض اسماك بأحد أسواق بانكوك وتتميز هذا السمكة بألوانها الزاهية والقرن المميز الزهرى فى مقدمة رأسها والذى يميزها عن باقى الأسماك

كمبيوتر أكثر أمانا

اطلقت شركة «مايكروسوفت» الامريكية العملاقة للكمبيوتر أمس الاصدار الثانى من حزمة تحديثات الامان على اجهزة الكمبيوتر المركزية الخاصة بالشركة التى تقوم بدورها بتوزيعها على اجهزة الكمبيوتر المنزلى فى جميع انحاء العالم، والتحديث التلقائى لنظم تشغيل ويندوز اكس بى وقال خبراء مايكروسوفت ان حزمة التحديثات الجديدة تغلق العديد من الثغرات التى كانت الفيروسات وقراصنة الكمبيوتر ينفذون منها.

زهور صينية

تستنبت الصين حاليا أنواعا جديدة من الزهور وتجرى عليها اختبارات مكثفة لمعرفة قدرتها على التحمل استعدادا لدورة الالعاب الأولمبية التى ستقام فى بكين فى صيف عام ٢٠٠٨. وسيوضع حوالى خمسة ملايين من أصص الزهور فى الحدائق وعلى امتداد شوارع العاصمة خلال العامين القادمين قبل اتخاذ القرار النهائى حول أى أنواع الزهور سيتم الاستعانة بها أثناء الاولمبياد.

أكل الإستاكوزا

فى مسابقة للأكل بولاية مين الامريكية فازت سونيا توماس من ولاية فرجينيا بالمركز الاول حيث تناولت ٣٨ استاكوزا فى ١٢ دقيقة فقط. قالت توماس انها تستطيع تناول المزيد من الطعام ولكن ليس من الاستاكوزا. وحصلت على ٥٠٠ دولار مكافأة لفوزها فى المسابقة.



تخصيص ٥٠ ألف جنيه من محافظة الفيوم لمبادرة تعليم البنات

أعلنت السفيرة مشيرة خطاب أمين عام المجلس القومى للطفولة والامومة عن قيام الاستاذ الدكتور محمد رأفت محافظ الفيوم بتخصيص ٥٠ ألف جنيه مصرى من ميزانية المحافظة لتغطية تكلفة أعمال الترميمات المطلوبة لبعض المبانى المتبرع بها من الاهالى ومن بعض الجهات التنفيذية على المستوى المحلى لتحويلها الى مدارس صديقة للفتيات.

«هارى بوتر» يستعد للمغامرة السابعة

أعلنت كاتبة سلسلة أفلام «هارى بوتر» الشهيرة جى كى رولينج انها تستعد لكتابة الجزء السابع من مغامرات هارى بوتر ولكنها رفضت الافصاح عن تفاصيل المغامرة والمكان الذى ستدور فيه أحداثها ومن المعروف أن الأجزاء الستة السابقة حققت مبيعات خيالية جعلت من الكاتبة مليونيرة

أسباب الحادثة

مدير برنامج مكوك الفضاء الامريكى رون ديتمور يمسك مادة الرغوة العازلة المأخوذة من خزان وقود خارجى ليوضح كيف أن قطعة مماثلة أصابت الجزء السفلى للمكوك أثناء إقلاعه.. مثل هذا الحادث نتج عنه من قبل تدمير مكوك الفضاء كولومبيا ومقتل رواده السبعة. والخطأ كما صرح نيل أوتى رئيس المهندسين فى برنامج الفضاء التابع لوكالة الفضاء الامريكية ناسا، ليس فى المادة الكيميائية بل فى أسلوب ضخ المادة الرغوية يدويا عن طريق المسدس المخصص لها.



مصل خماسى لأطفال بريطانيا

يطرح الاطباء البريطانيون فى أوائل سبتمبر المقبل مصلا جديدا خماسيا يعمل على تحصين الاطفال ضد معظم أمراض الدفتيريا، والتيتانوس، والسعال الديكى، وشلل الاطفال، والالتهاب السحائى. ويعارض بعض الاطباء المصل الجديد باعتبار أن تحصين الطفل ضد خمسة أمراض دفعة واحدة قد يشكل عبئا كبيرا على الجهاز المناعى، مما قد يؤدى الى حدوث اثار جانبية عكسية، الا أن وزارة الصحة البريطانية اكدت سلامة هذا المصل الخماسى.

النمر النادر

نمر أبيض وعيناه زرقاوان ولا أشرطة سوداء على جسمه كباقى النمور وهو نوع نادر لا يوجد فى العالم كله سوى عشرين نمر مثله فقط هذا النمر الصغير ولد فى ملجأ ومأوى للحيوانات فى جنوب أسبانيا.

نسخة من مصحف نادر من ١١٦ هجرية

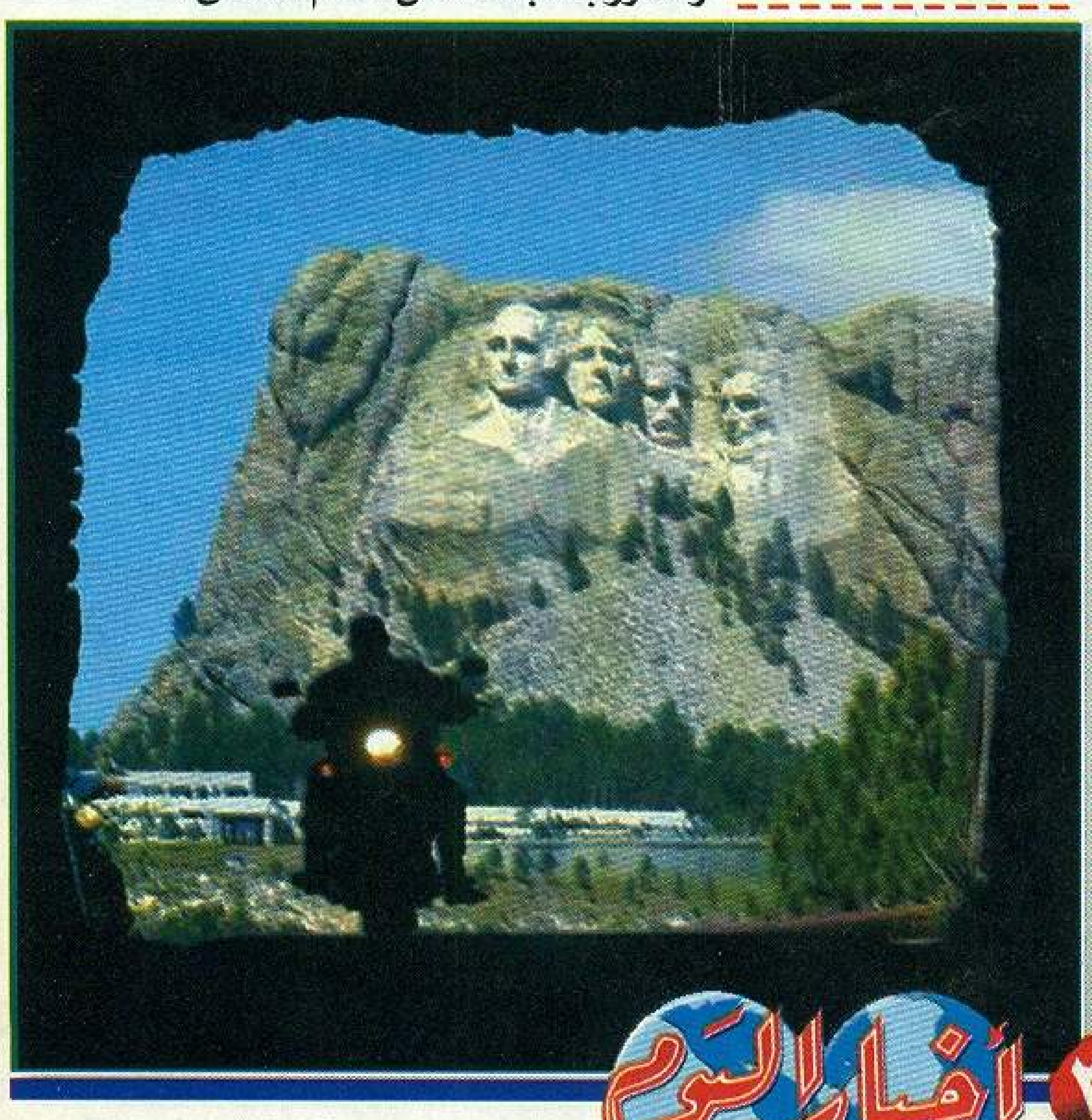
مواطن سعودى يدعى محمد ناصر الكودرى من مدينة ابها فى منطقة عسير أعلن عن ملكيته لمصحف شريف يعود تاريخه إلى بداية القرن الهجرى الثانى، حيث كتب فى صفحته الأولى أنه كتب عام ١١٦ هـ. وهو مغلف بجلد طبيعى وعليه نقوش اسلامية. وحصل عليه من رجل طاعن فى السن بعد أن دفع له مبلغا مجزيا، وقال محمد آل خليل المشرف على قصر شدا التاريخى والمتخصص فى مجال الاثريات أن المصحف مكتوب بخط النسخ. واستخدم فيه اليراع والدواء الحبر، وهو متكامل وورقة نباتى طبيعى وخال من الزخرفة والتذهيب وطالب بعرضه على مركز الملك فيصل للبحوث لتحديد زمن كتابته.

فصول يوجا للكلاب

صيحة جديدة بدأت فى بريطانيا لاكساب الكلاب الهدوء والاسترخاء وهى افتتاح فصول تعليم رياضة اليوجا للكلاب على أيدى مدربين ومدربات لكل أنواع الكلاب.

الجبل الحديدى

راكب دراجة نارية يسير عبر نفق داخل الجبل الحديدى (iron mountain) على طريق ماونت رشمور (جبل رشمور) بالقرب من كى ستون، وتقول السلطات فى المنطقة أن تجمع الدراجات النارية من طراز stvrgis بسائقيها قد جذب عدداً أكبر من المشاهدين، حيث ارتفع عدد الزائرين لمنطقة ماونت رشمور بنسبة ٤٪ عن العام الماضى.





سجادة من الزهور

صورة عامة لسجادة عملاقة من الزهور فى القصر الكبير ببروكسل هذه السجادة التقليدية مكونة من ٧٠٠ ألف بيجونيا أو عشب استوائى مرصوصة بشكل ديكورى جميل على مساحة ١٨٥٠ متر مربع ويستمر عرض السجادة الجميلة يومان فقط.

أطفال الكوالا

طفل صغير من أطفال دب الكوالا اسمه كووى تحتضنه أمه فى حديقة نارونجا فى سيدنى باستراليا وقد حثت جماعات حماية الحيوان الحكومات المتعاقبة أن تجعل من مسألة حماية الكوالا قضية انتخابية بسبب التوسع العمرانى الذى قد يقضى عليها. كما قدمت مؤسسة دب الكوالا الاسترالية أدلة علمية تشير إلى أن دب الكوالا سيختفى خلال ١٥ عاما بسبب قطع الاشجار التى يتغذى على أوراقها وهى طعامه الوحيد.

خليط من الاسكوتر والدراجة

التطور سمة العصر يتضح ذلك القول على الدراجات فقد تم تطورها خلال السنوات الاخيرة فى عدة أشكال منها الدراجة العادية والاسكوتر والسيجواى وتمت اضافة محركات لبعض الدراجات وتغيير شكلها وأخيرا أمكان تطويرها فى شكل جديد حيث يكون اطارها أكبر من الاسكوتر وأصغر من الدراجة العادية وتم تزويدها محرك كهربائى، وتصل سرعة الاسكوتر الجديد الى ٢٠ كيلو مترا فى الساعة ولا يبدأ الموتور فى العمل الا بعد أن تتعدى سرعته ٨ أميال فى الساعة ويمكنه العمل المستمر لمدة نصف ساعة وهو مزود بمساعدين أمامية وخلفية واطارات هوائية لتعطى الراحة والأمان لراكبه وكرسى الاسكوتر والبدال متحركان فيمكن رفعهما أو خفضهما حسب طول الراكب.

مصل واحد للحماية من الأمراض

يطرح فى الاسواق الأوروبية الشهر القادم مصل جديد يعمل على تحصين الطفل ضد أمراض الدفتريا والتيتانوس والسعال الديكى وشلل الاطفال والالتهاب السحائى المصل ابتكار اطباء بريطانيين وبدون اثار جانبية.

تأجير المدارس التركية

قررت العديد من المدارس التركية تأجير قاعاتها وحدائقها خلال العطلة الصيفية لاقامة حفلات الزواج والافراح وحفلات اعياد الميلاد لتوفير موارد اضافية للعملية التعليمية. تسهم هذه العملية فى توفير موارد مالية تقدر بنحو خمسة مليارات ليرة تركية - أى ما يعادل ٣٥٠٠ دولار. أكد محمد أوزير وكيل وزارة التعليم فى محافظة قونية أن عملية التأجير تسهم فى التغلب على مشكلات المدارس المالية.

قصر النظر

اظهرت دراسة أمريكية ان تناول الوجبات السريعة يزيد من خطر الاصابة بقصر النظر بالمقارنة بتناول الوجبات الغذائية الغنية بالبروتين كالاسماك. وقال الباحثون ان زيادة استهلاك النشويات مثل الخبز الأبيض والحبوب فى مراحل الطفولة والشباب قد يكون وراء الزيادة الحالية فى معدلات الاصابة بقصر النظر وذلك لان عملية هضم النشويات تتم بسرعة مما يؤدى إلى افراز كميات كبيرة من الانسولين تسبب بدورها انخفاضا ملحوظا فى تركيز البروتين اللازم لعملية نمو عدسة العين مما يسبب قصر النظر.

أنفلونزا الطيور

المزارع الفيتنامى نجوين فان لنج ٦٢ عاما. يجلس بجانب مجموعة من البط التى تمتلكها اسرته فى إقليم هاتاى. وتشك السلطات فى أن حفيدة لنج البالغة من العمر ١١ شهرا قد توفت بسبب اصابتها بمرض انفلونزا الطيور.

جنكيز خان كاتبا

أعلن مؤرخ صينى ان لديه ادلة على ان المحارب المغولى الشرس جنكيز خان كان بارعا فى الكتابة أيضا مثل براعته فى استخدام السيف. وكان المؤرخون قد دأبوا على افتراض ان جنكيز خان كان أميا لأن اللغة المنغولية المكتوبة لم تعرف قبل مطلع القرن الثالث عشر أى عندما كان خان فى الاربعين من عمره ولم يكن لديه وقت للتعلم.

«النوم سلطان»

ففى مدينة الاسكندرية بولاية فرجينيا الامريكية عثر احد ضباط الشرطة على ٣ من افراد فريق عمله نائمين بالقرب من احد المنشآت المكلفين بحراستها توقعا لسطو مسلح! وبالرغم من اطلاق انذار الشرطة والاتصال بهم عدة مرات إلا انهم كانوا «يأكلون الأرز مع الملائكة»!! واضطر الضابط ان يعطى كل واحد منهم خبطة قوية كى يستيقظ من نومه العميق و توعدهم بعقاب شديد



















إعداد: هويدا حافظ


ما هذا؟
دجدج!! أين تذهب بكتاب نونو؟


ليلى؟ أين تذهبين فى هذا الوقت المتأخر؟
لا أعرف فدجدج يريدنى أن أتبعه


يااه فهمت..


تريدنى أن احكى لكى حدوتة مثل نونو؟ حاضر.. اسمع يا دجدج


فى مساء أحد الايام.. كان الكلب ركس يلعب مع أصدقائه فى الشارع

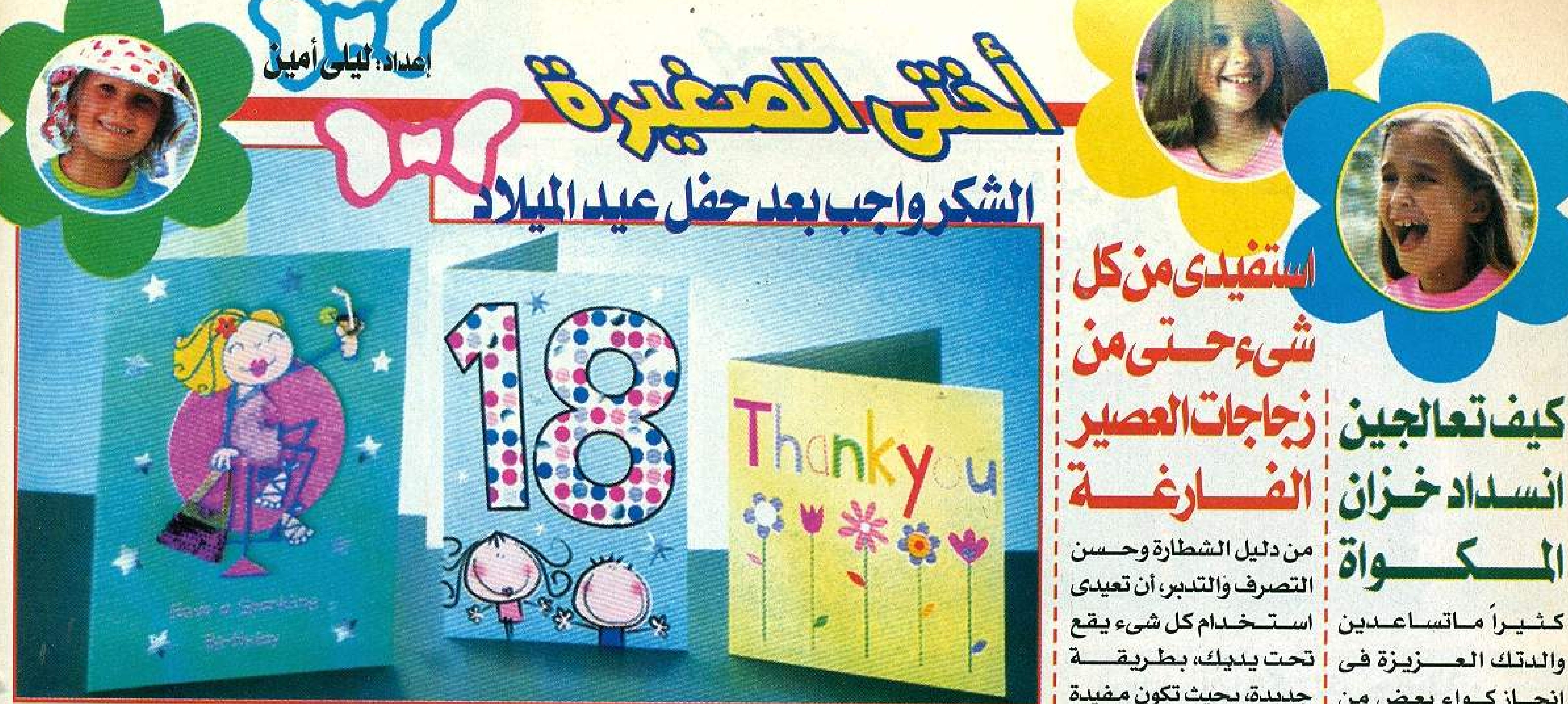

وفجأة ظهر لهم «أبو رجل مسلوخة» فهربوا جميعا إلا ركس الذى وقع فى يده وقال له سيبنى سيبنى أرجوك


شىء ظريف أن تأتى بنفسك لتحكى لدجدج حدوته
ولكن اعتقد أنه لو استمر فى التعود على القراءة له قبل النوم..


سيطالبنا بعد قليل بالتقديم له فى المدرسة ليتعلم القراءة
خخ

تمت

الشكر واجب بعد حفل عيد الميلاد



علمت أنك قضيت وقتا جميلا مع صديقتك الحميمة فى يوم عيد ميلادها، وانها قد احسنت استقبالك واستقبال هديتك لها بعد المناسبة. لكن كيف تشكرينها؟ والشكر واجب بعد حضور أى حفل عيد ميلاد، أو تلبية عزومة على الغذاء، أو العشاء.

اليك هذه الفكرة:

بدلا من شكر صديقتك بالهاتف، اجلسى الى مكتبك، وإصنعى لها كارتا رقيقا، وبسيطا من الورق الملون.

ثم اكتبى عليه بالالوان الاقلام، أو بطريقة القص واللصق كلمة شكرا سواء باللغة العربية، أو باللغة الاجنبية.

أيضا يمكنك أن تضعى لها رسما بارزا بالاوراق الملونة، وبقايا الأقمشة مثل شكل بنتا صغيرة تقفز سعادة ومرحا أو رقما مرحا يعبر عن عدد المدعوات اللاتى كن فى الحفل، أو رقم منزلها مثلا واليك ثلاثة أشكال لثلاثة كروت يمكنك أن تصنعيها بنفسك فى البيت لكى تدخلى السعادة الى قلبها، وذلك بوصول كلمة شكر رقيقة منك لها.

استفيدى من كل شىء حتى من زجاجات العصير الفارغة

من دليل الشطارة وحسن التصرف والتدبر، أن تعيدى استخدام كل شىء يقع تحت يديك، بطريقة جديدة، بحيث تكون مفيدة لك، أو لغيرك المهم هو الا تحاولى بسهولة وبساطة أن تتخلص من كل شىء زائد، أو فائض. فمثلا بعد أن تشربى وأفراد أسرتك عصير الفواكه من زجاجاته، يمكنك أن تحتفظى بعدد مناسب من تلك الزجاجات الفارغة، ثم تغسليها جيدا، لكى تكون صالحة لوضع الماء العذب النقى فيها. وبعد أن تملأى تلك الزجاجات بالماء، قومى بوضعها فى فريزر الثلاجة الكهربائية حتى الصباح، لكى تتحول الى الثلج. وفى الصباح يمكنك أن تأخذى هذه الزجاجات من الثلج معك الى البلاج، أو الرحلة القصيرة، وسوف تروى ظمأ الجميع لطوال النهار، بالماء الذى سوف يصبح سائلا باردا بعد انصهار الثلج فى الزجاجات.

كيف تعالجين انسداد خزان المكواة

كثيراً ماتساعدين والدتك العزيزة فى انجاز كواء بعض من قطع الملابس الخفيفة.. ايضاً كثيراً مايحدث انسداد فى فتحات المكواة الكهربائية التى تعمل بالبخار.. وعليه تحتارين كيف تعالجين الموقف.

عزيزتى، ان الإنسداد الذى يحدث فى فتحات المكواه والتى تعمل بالبخار، يمكن علاجه بسهولة، كما يلى:

- سخنى المكواة، ثم اغلقى زر التشغيل.
- انزعى الكوبس من الفيشة.
- املأى خزان المكواة بالخل (وهى ساخنة).
- اتركيها لمدة ١٠-١٥ دقيقة.
- افرغى الخل من الخزان.
- اشطفى الخزان جيدا بالماء.
- املأى الخزان بالماء مرة اخرى.

وسوف تجدين ان بخار الماء يتدفق بسهولة وقوة من المكواة، عند قيامك بكى الملابس.

همسة شطارة لزوم البطاطس

تبتهجين عندما تطلب منك احدى كبيرات البيت أن تساعديها فى أعمال المطبخ، لتسرع هى بانجاز الوجبة الغذائية اللازمة للأسرة، فى الموعد المناسب لتقديمها على المائدة.. لكنك فى نفس الوقت لا تجيدين تماما فنون الطبخ، والطهى. وبدلا من أن تقفى لمجرد «الفرجة» فمدى يد العون ولو بأبسط الخطوات لانجاز الوجبة الكبيرة.

بعد سلق البطاطس، وعندما تطلب منك الكبيرة، سواء كانت والدتك، أو أختك أن تسرعى بتقشير البطاطس المسلوق فبادرى بعمل ما يأتى:

- صفى الماء الساخن من الوعاء، أو انشلى ثمرات البطاطس منه.
- ضعى البطاطس الساخن فى ماء بارد، أو افتحى عليه ماء الصنبور قليلا..
- هذه العملية سوف تسهل كثيرا انفصال القشرة الخارجية عن البطاطس المسلوق.



لياقة مطلوبة..
راعى راحة باقى أفراد الأسرة

مازلنا فى الاجازة الصيفية، ومازلنا نقضى أوقاتا طويلة فى البيت، وما زلنا نحاول أن نشغل أوقاتنا بمختلف الاساليب والطرق. منها ما هو هادىء مثل قيامنا بتطريز مفرش صيفى، أو برسم لوحة فنية رقيقة، وبذلك فاننا لا نتسبب فى قلق أو ازعاج أى فرد من أفراد الاسرة.

ومن الاساليب ما يمكن أن يسبب مضايقات للآخرين بسبب الضوضاء التى نصدرها عندما ندير التليفزيون أو المذياع بصوت عال، خصوصا لو كان ذلك فى أثناء خلود فرد من أفراد الاسرة الى الراحة. تذكرى عزيزتى انك لا تعيشين فى هذا البيت وحدك، وانك لا يمكن أن تتجاهلى كل من حولك، أو تتجاهلى متطلباتهم واحتياجاتهم. فكما أن البيت هو المكان الذى يجب أن تشعرى فيه بحريتك وبأنك تعيشين على حريتك.. فهو أيضا البيت نفسه الذى يجب أن يشعر فيه كل فرد آخر من أسرتك بحريته وراحته. فراعى حرية وراحة الآخرين.. ليبادلوك الرعاية.

حراس الغابة

















تمت

الملاكمة استعادت المجد الاولمبى فى أثينا بعد ٤٤ عاما من برونزية الجندى



الانتصارات الرائعة التى حققتها رياضة التايكوندو فى دورة الالعاب الاولمبية أثينا ٢٠٠٤ وفوز البطل محمد الباز بالميدالية البرونزية لوزن ٩١ كيلو جراما رغم الاصابة المفاجئة بكسر فى يده والتى أبعدته عن الفوز بميدالية ذهبية أو فضية.. ثم الميدالية الرائعة التى حققها بطل الانجاز محمد على رضا نجم الدورة الاولمبية للوزن الثقيل الذى قدم مجموعة من المباريات الرائعة.. والميدالية ذات المذاق الخاص التى حققها البطل أحمد اسماعيل فى وزن ٨١ كيلو جراما.

الباز وعلى وإسماعيل حققوا الإنجاز

تاريخ مشرف

وللملاكمة تاريخ مشرف فى الدورات الاولمبية لكنها لم ترتقى لحجم هذا الإنجاز الكبير وبدأت قصة الانجازات بفوز البطل الاولمبى السابق عبدالمنعم الجندى بالميدالية البرونزية لوزن الذبابة فى دورة الالعاب الاولمبية السابعة عشر التى أقيمت فى روما عام ١٩٦٠.. وفى نفس الدورة وصل إلى دور الثمانية اللاعبين صلاح شقوير فى وزن الخفيف وسيد النحاس فى وزن خفيف الوسط.

وفى دورة الالعاب الاولمبية الثامنة عشر بطوكيو عام ١٩٦٤ وصل إلى دور الثمانية الملاكمين أحمد ماهر وزن المتوسط وسيد مرسال وزن خفيف الثقيل

كما شهدت دورة الالعاب الاولمبية التاسعة عشر التى أقيمت بمدينة مكسيكو عام ١٩٦٨ وصول اللاعب عبدالهادى خلف الله إلى دور الثمانية فى وزن الريشة.

وأستمر مسلسل الوصول لدور الثمانية فى دورة الالعاب الاولمبية الثالثة والعشرين بلوس أنجلوس ١٩٨٤ ووصل فيها محمد محمد عطية حجازى إلى دور الثمانية فى وزن الريشة.

الانجاز فى أرقام

ومن هنا يؤكد التاريخ الحديث أن نجوم الملاكمة محمد الباز ومحمد على رضا وأحمد اسماعيل حققوا مالم يتحقق على مدار ٩٢ عاما كاملة منذ أول مشاركة مصرية فى الدورات الاولمبية بالدورة الخامسة التى أقيمت فى أستكهولم عام ١٩١٢ حتى أثينا ٢٠٠٤.

وهم أيضا من أستطاعوا استعادة الانجازات للملاكمة بعد غياب أستمر ٤٤ عاما كاملة منذ الميدالية البرونزية لعبد المنعم الجندى فى دورة روما عام ١٩٦٠.. كما أعادوا أيضا ذاكرة الانتصارات الاولمبية لمصر التى توقفت منذ أولمبياد لوس أنجلوس عام ١٩٨٤ بفضية محمد رشوان فى الجودو.

جنود مجهولة

ووراء الفوز والانتصارات جنود مجهولة يأتى فى مدمتهم الدكتور اسماعيل حامد رئيس الاتحاد المصرى للملاكمة والدكتور عبدالعزيز غنيم المدير الفنى للمنتخبات الوطنية.

اعداد عبدالرؤوف رمزى


تشرق الشمس لتعلن عن بداية يوم صحو ومشرق فى سماء الحديقة الجميلة الموجود بها مملكة النحل..

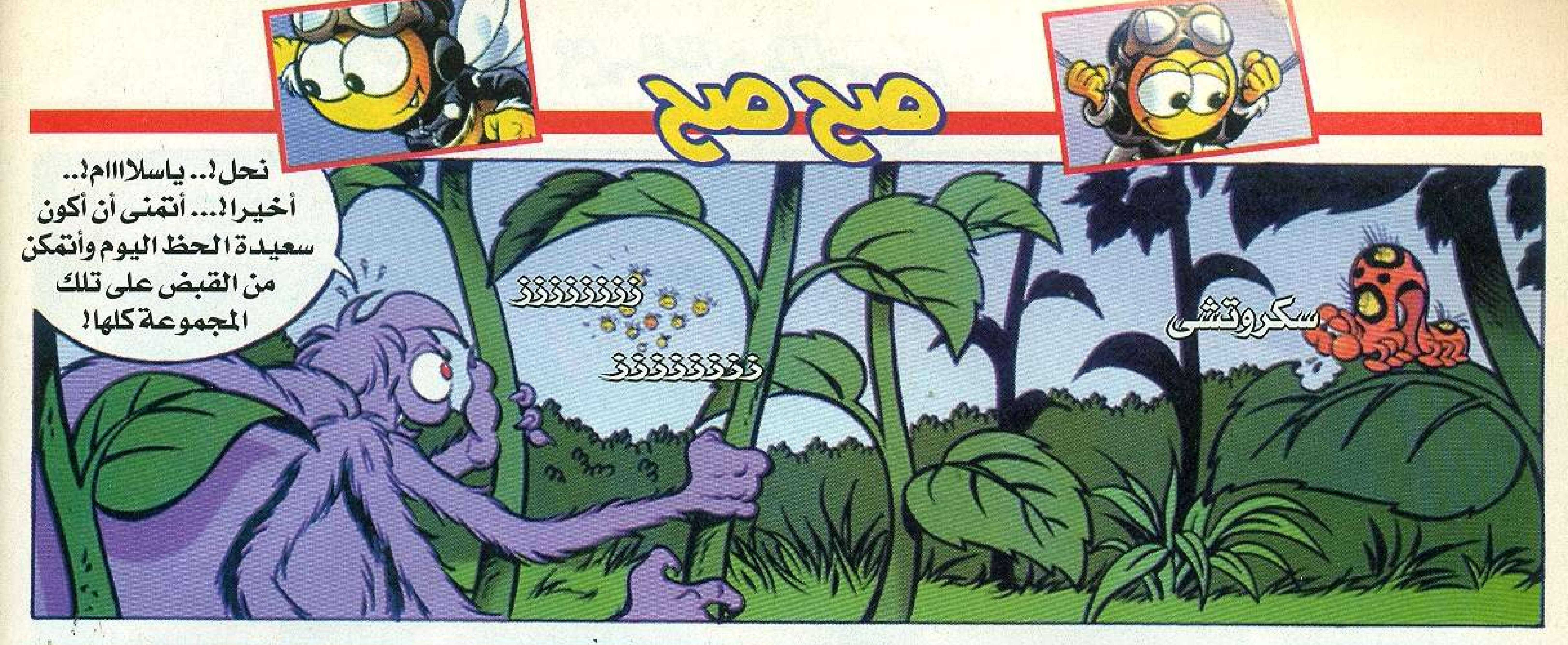

..التى بدأت تشهد حركة نشاط لمجموعات النحل التى تستعد للذهاب لجنى رحيق الأزهار
زززز
٧، ٨، ٩.. هاه!.. أعتقد أنه يوجد خطأ ما..
ناقص ثقب!..
من التى نسيت منكن ثقب الورقة علامة الخروج؟..


.. إيه!.. أنا أيها المراقب!..
زززز


هذا اسمه إهمال!.. نحلة تنسى أن تثقب الورقة علامة حضورها معناها انها نحلة مهملة ولاتقدر المسئولية.. هذه المرة سأكتفى بتحذيرك المرة القادمة سأتخذ معك اللازم! مفهوم؟..
مفهوم!.. أنا أسفة جدا أيها المراقب.. هذه آخر مرة..
زززز


المطلوب منكن جنى كمية كبيرة من رحيق الأزهار إستعدادا لحفلة عيد الربيع مفهوم؟.. والآن إنطلقى!..

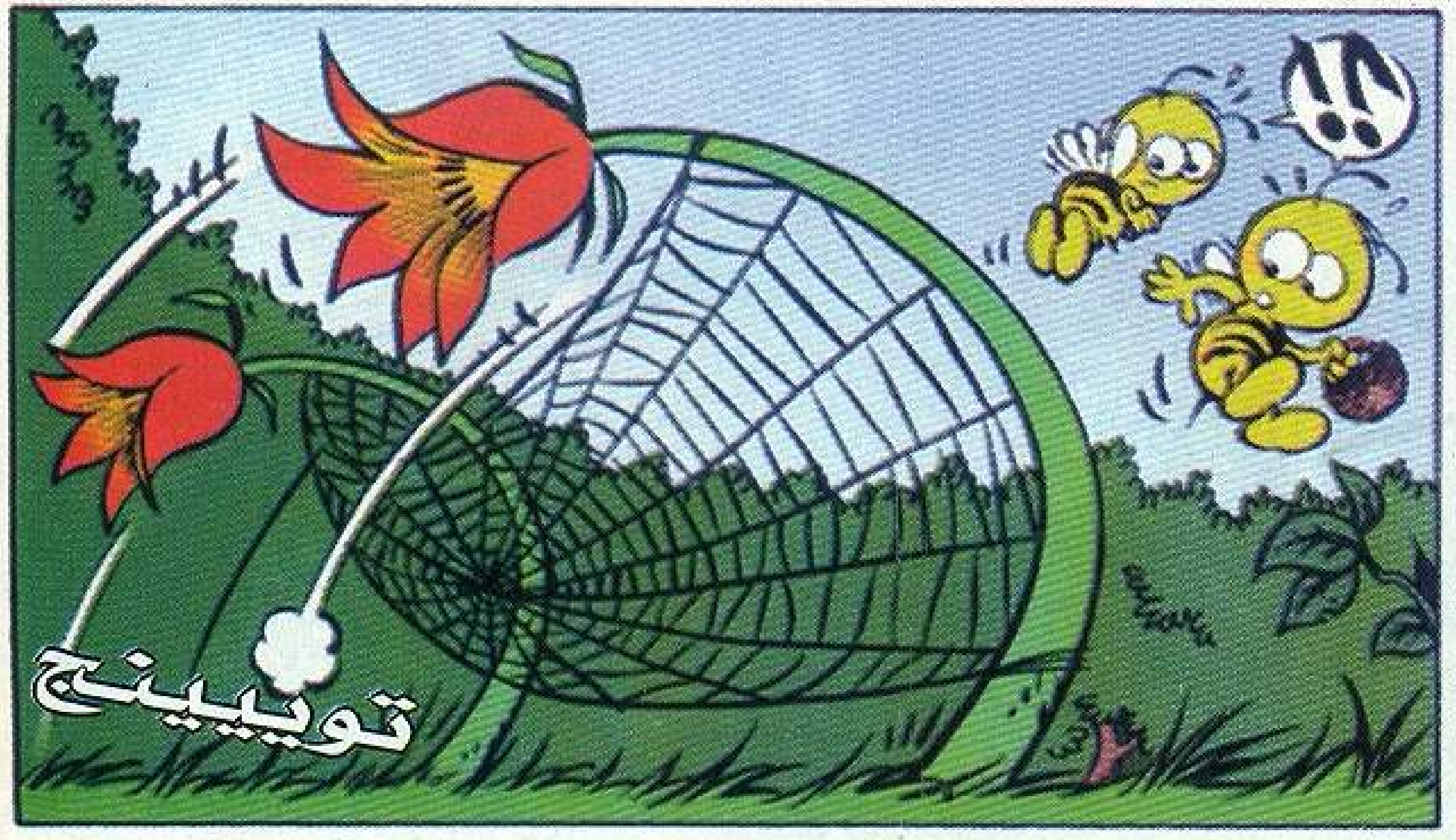

٨، ٩، ١٠.. العدد الآن مظبوط!.. توجهن مباشرة إلى حقل الزهور ولايجب أن تضيعن الوقت!..
ززززززز
زززز


نحل!.. ياسلاااام!..
أخيرا!... أتمنى أن أكون سعيدة الحظ اليوم وأتمكن من القبض على تلك المجموعة كلها!
زززززززز
زززززززز
سكروتشي

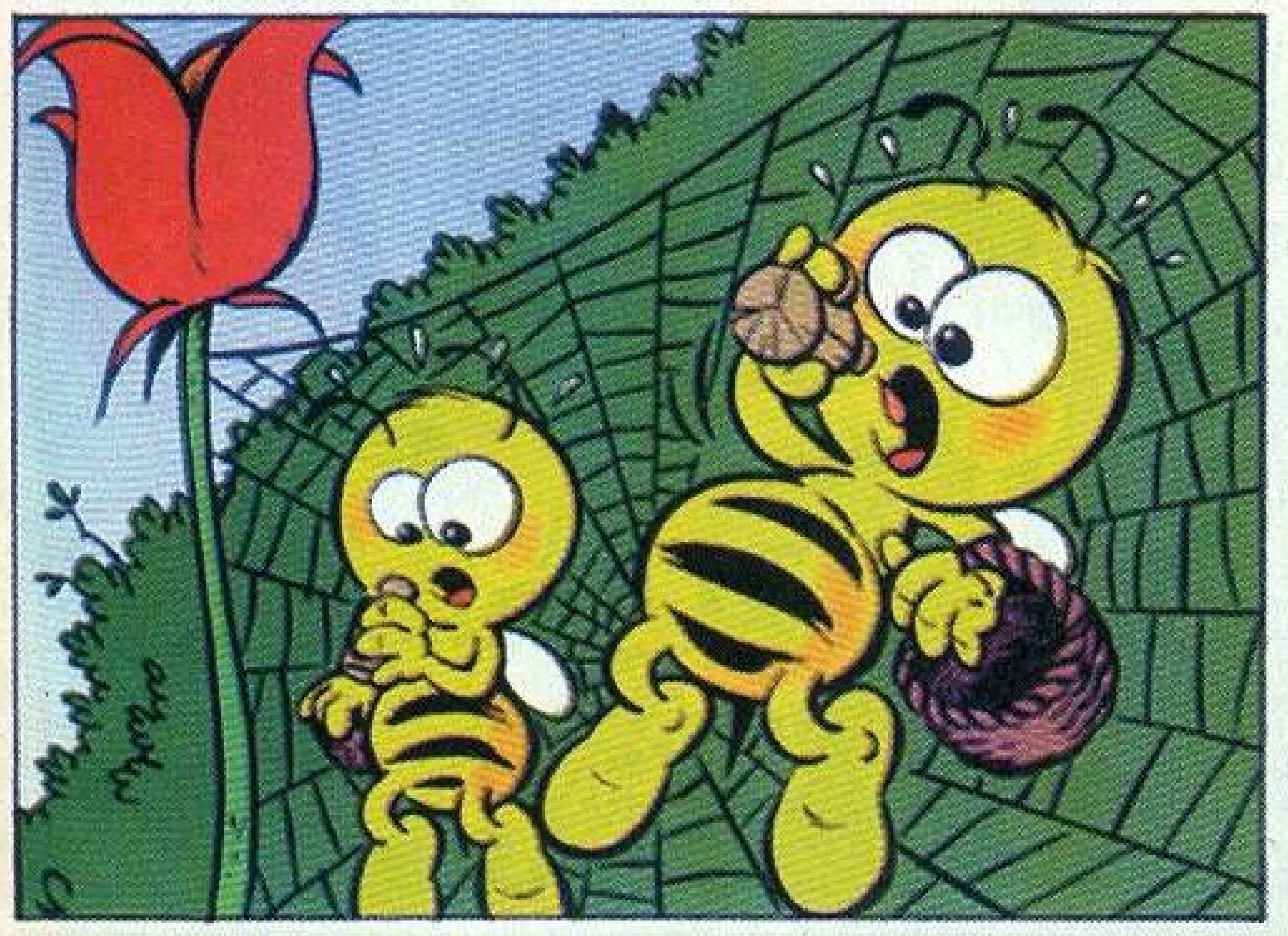

زززز
ززز
لقد وبخنى المراقب اليوم بشكل عنيف!.. من قال أن النسيان يسمى إهمال؟!.. ثم أنا لست نحلة مهملة!

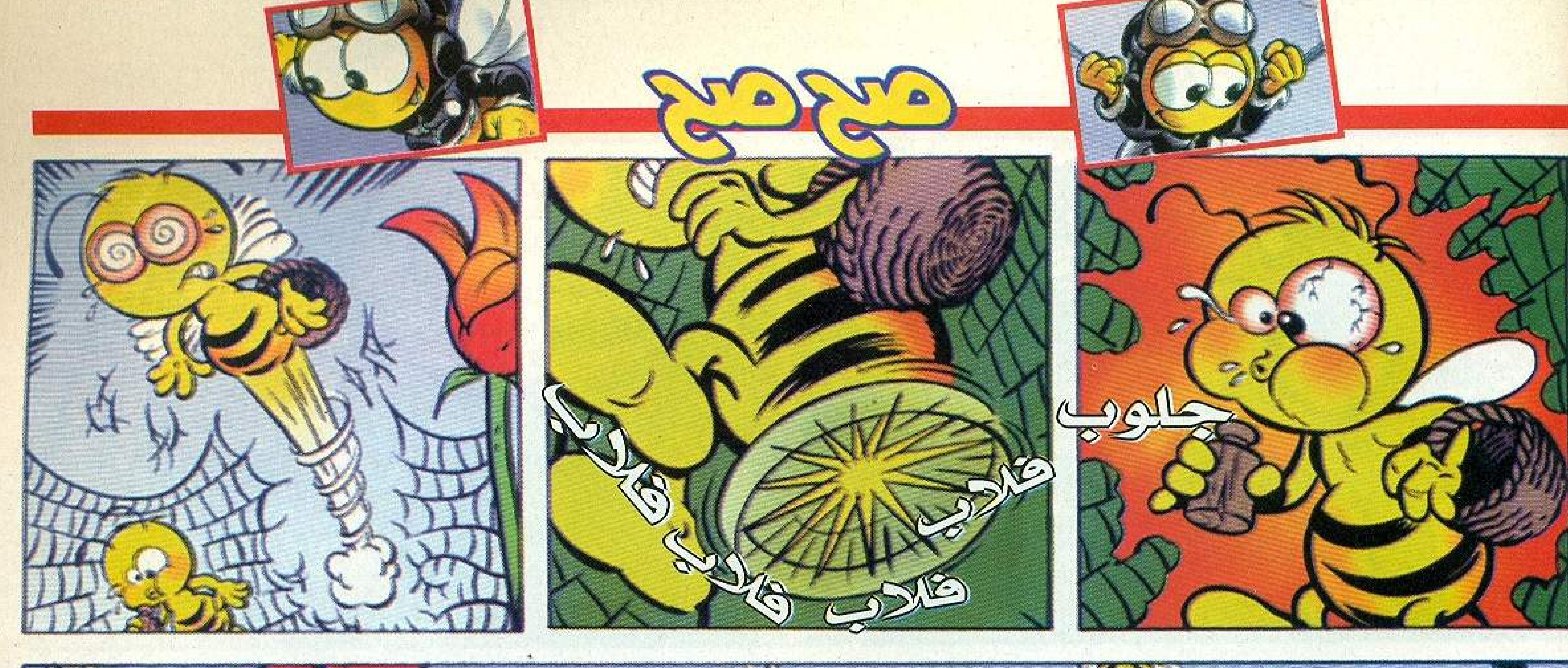

!؟
احترس!

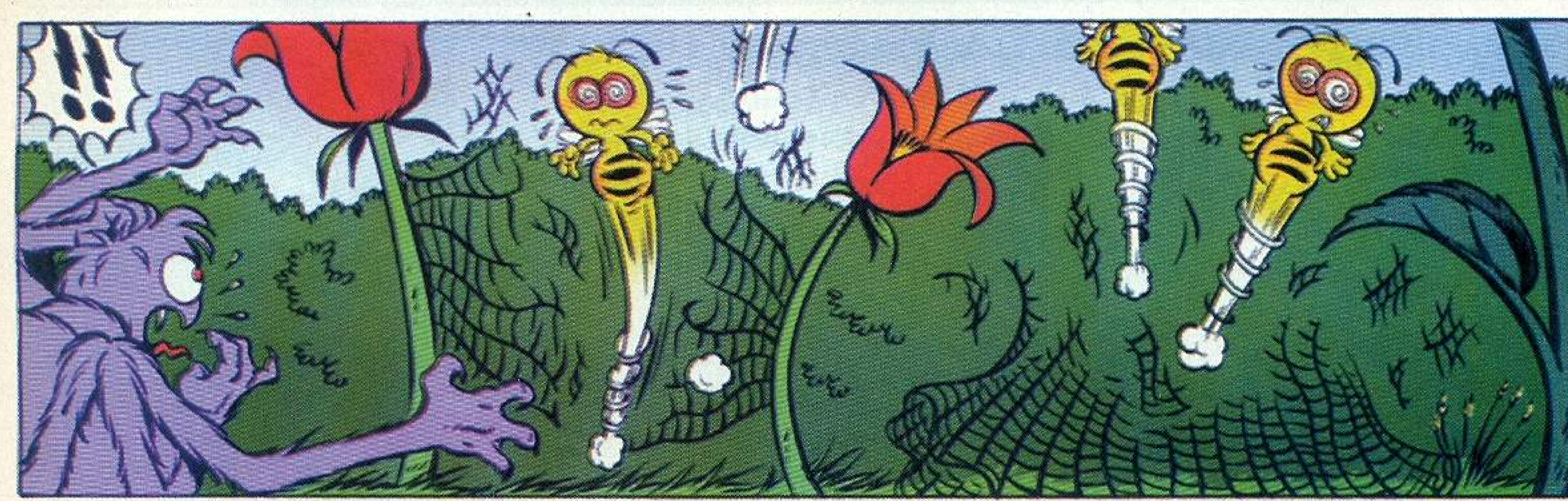

ياخبر!.. فخ من خيط العنكبوت!.. إذن فالعنكبوتة الشريرة مختبئة فى مكان بالقرب من هنا!..


!!
تويبينج


تصرفن يا أخواتى.. إشربن بسرعة جرعة من السائل المذهل




جلوب
فلاب
فلاب
فلاب
فلاب
فلاب


!!


لا!لا!.. كيف هربن؟.. الآن لن أستطيع أن أسمع الموسيقى!.. لقد كنت أريدهن ليكون لى حروف السلم الموسيقى لآلة القانون..
إهىء!.. كنت أنا المايسترو وبمجرد أن أشد الحبل المتعلقة به النحلة تنطق الحرف الموسيقى الذى تقوم بدوره!!


هاه!.. ماذا أسمع؟.. انه صوت العزف على الطبول!..
بلووم
بلووم
بلووم
ملكة النحل!.. ما الذى جاء بها إلى هنا؟.. إنها عادة لاتغادر مملكتها!
على كل حال لابد وأن أستفيد من وجودها هنا!..
بلووم
بلووم
بلووم
بلووم
بلووم
بلووم


أخ خ خ خ!..
لقد نسيت سلتى التى كان بها كل رحيق الأزهار الذى جمعته اليوم!..
ززززز
زززز
زززز
زززز


إ.. إيه!..
لقد تعرضت اليوم للوقوع فى فخ العنكبوتة الشريرة ثم..
أنت مرة أخرى؟.. أولا نسيت أن تثقبى الورقة صباح اليوم ثم خرجت للعمل ولم تؤدى ماطلب منك!.. إنك مثال سىء للنحل الشغالات!..
أنت لاتصلحين لأنك تكونى واحدة من فرق أكثر الأعمال أهمية وهى جنى الرحيق!.. أنت منقولة إلى المعمل.. إذهبى إلى هناك ولاتدعينى أراك أبدا!




حاضر أيها المراقب!..
زززز
زززز
زززز


مازالت أعضاء جسمى تعمل بكفاءة!
زززز
زززز


كنت أشعر بأنه سيغشى على من شدة الخجل ولكن نقلى أفضل بكثير!


إفتحوا لى الباب ياحراس فلقد جئت لطلب جرعة من السائل المذهل
معمل البروفيسور عبقور

صح صح













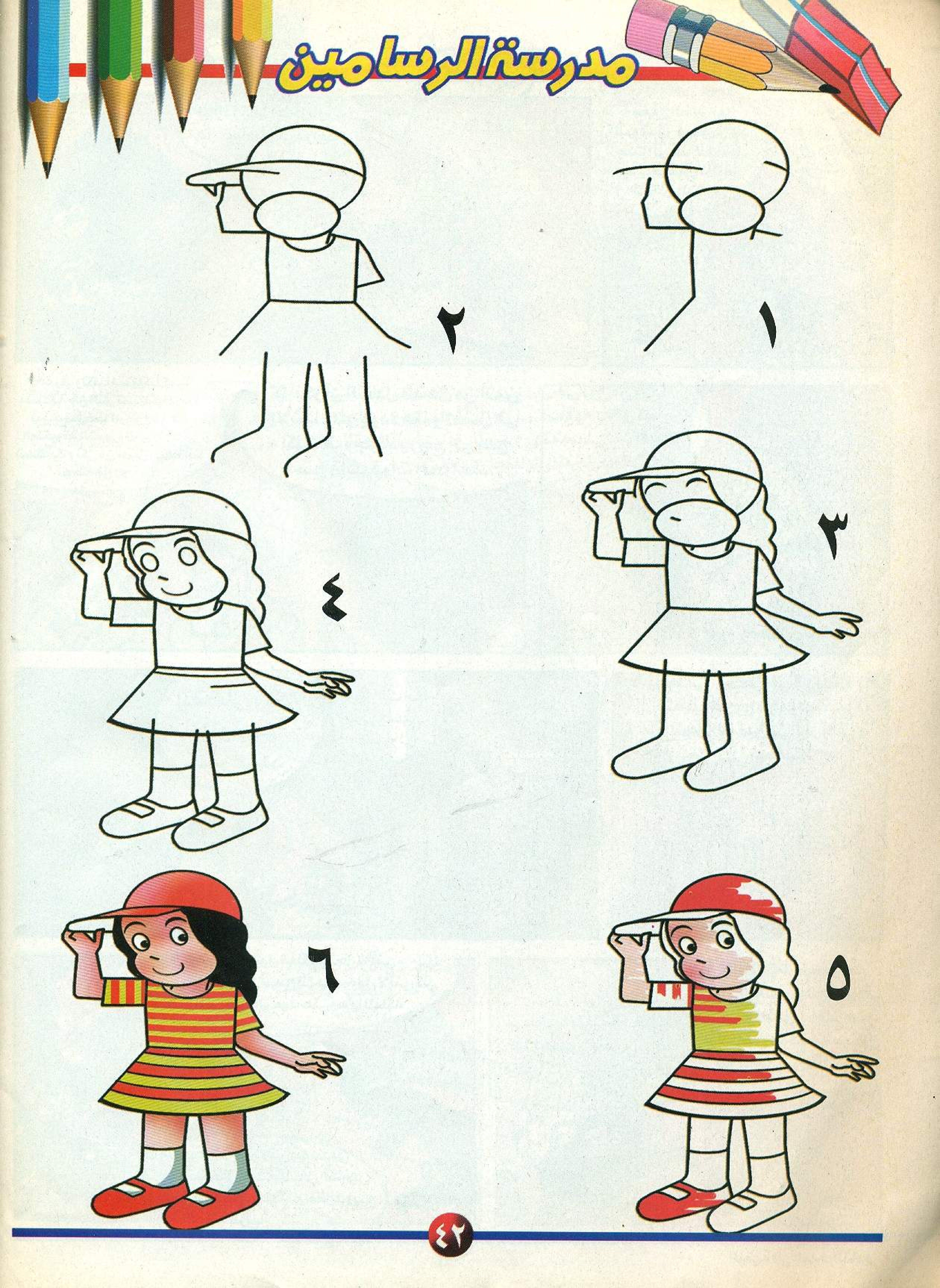
أرجو أن تعذرنى يارسول مملكة النحل لأننى جعلتك تنتظر قليلا قبل أن أسمح لك بالدخول لأننى كان لابد أن أعلن النبأ السعيد على رعايا المملكة

أنا متفهم الأمر يامولاتى ويسعدنى أن أهنئك باستقبال المملكة للنحل الصغير.. كما يسعدنى أن أهنئك بتنظيم حفل الربيع قريباً





البقية فى العدد القادم


١
٢
٣
٤
٥
٦

مشمش و رينجو

فى صباح أحد الأيام...

تناول مشمس كل إفطاره ولكنه مايزال جائعا جدا



وفى نفس اللحظة رأى مشمس رنجو الذى لم يكن قد تناول إفطاره بعد فطرأت على ذهن مشمش فكرة..

سلورب

وبحيلة ماكرة أراد مشمش أن يبعد رنجو عن الطعام

رنجو.. أنظر هناك.. هل شاهدت العصفورة؟

وبسرعة شديدة تناول مشمشش إفطار رنجو..

هام هيام

هام هيام

وبعد لحظات شعر مشمش بإعياء شديد نياو



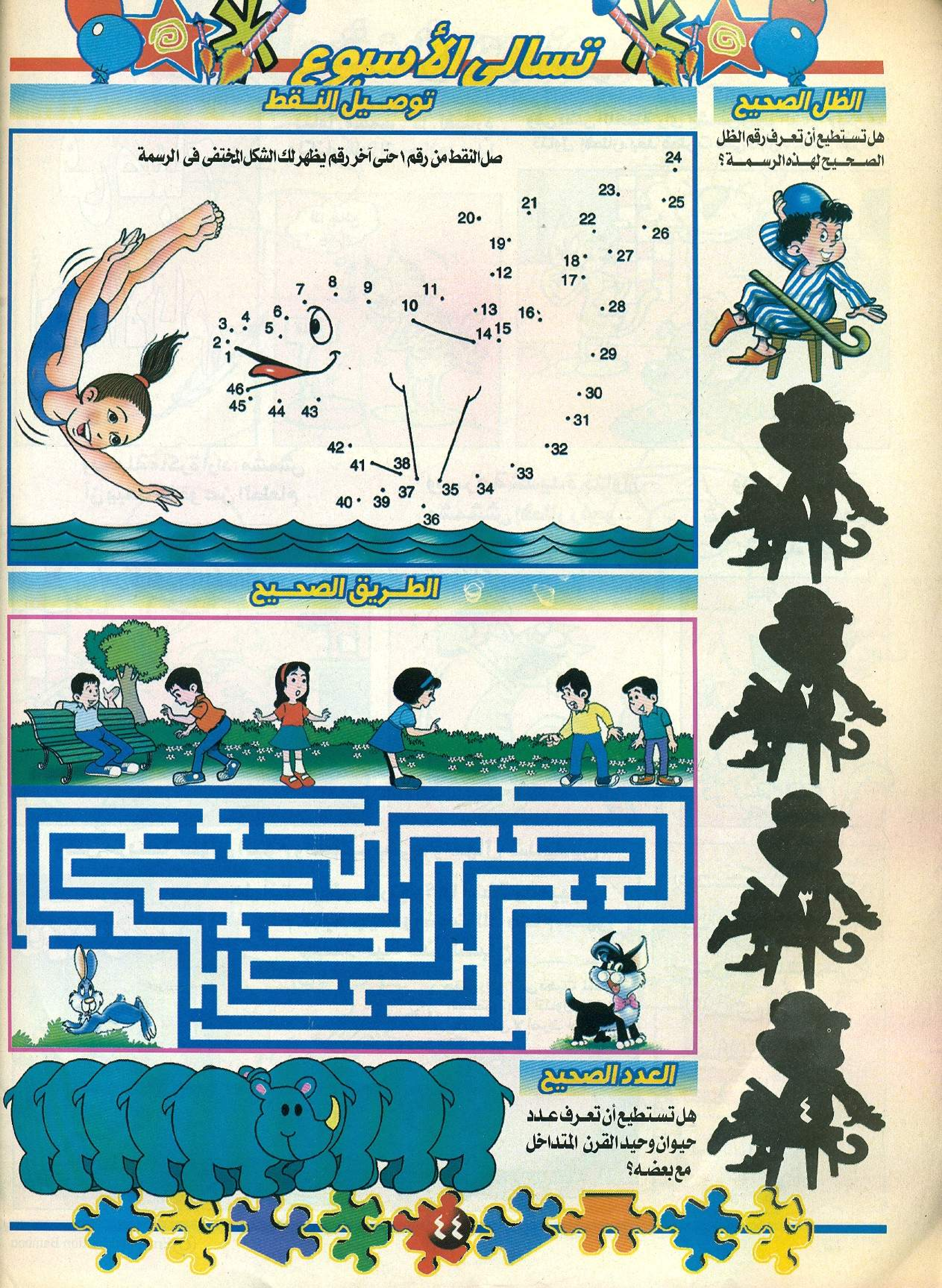
وظل مريضا طوال اليوم وأصيب بقىء وإسهال شديدين



وهكذا نرى ياأصدقائى جزاء الطماع الذى يأخذ ماليس له

مش هعمل كده تانى

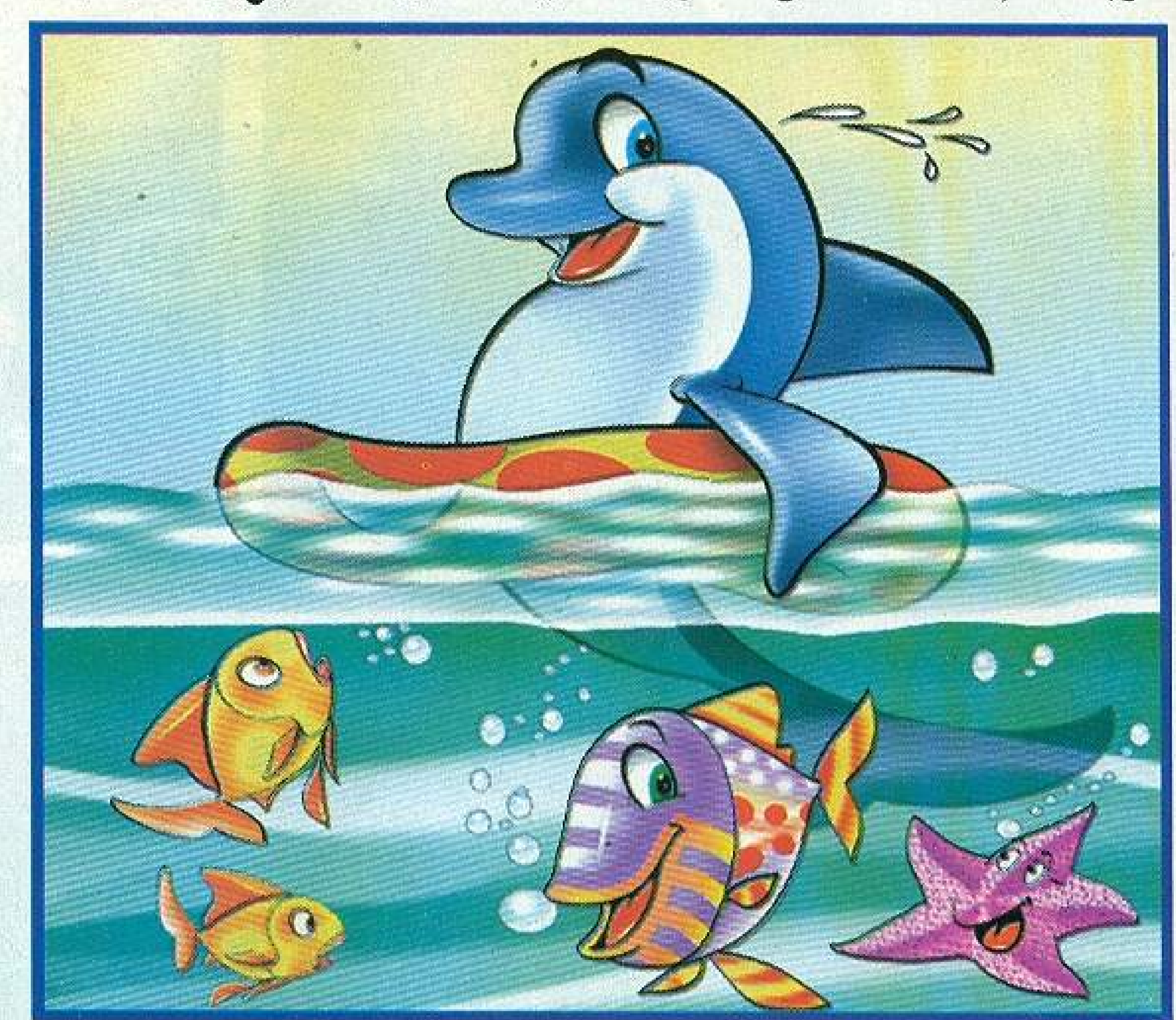
تمت

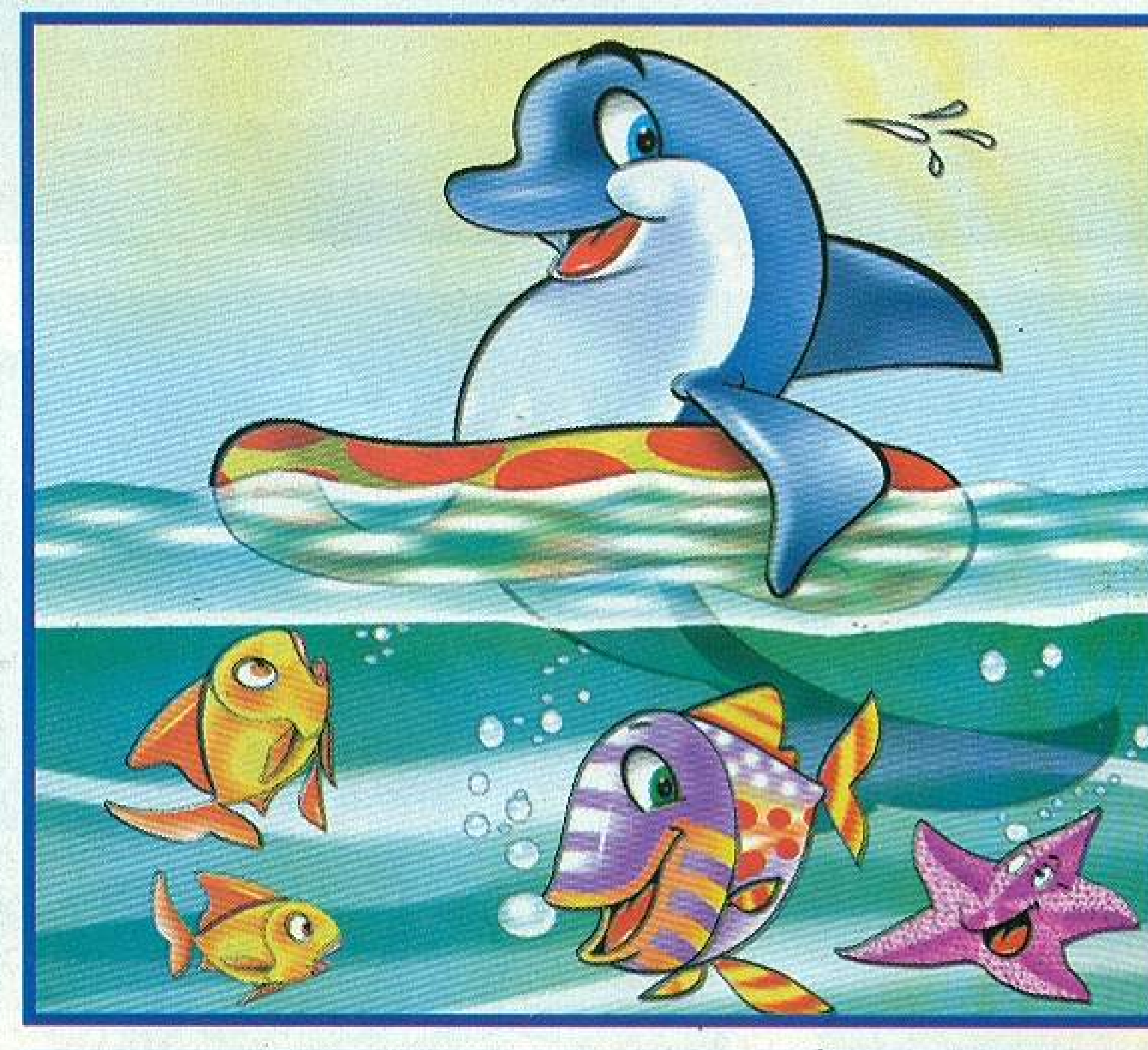


تسالى الأسبوع
توصيل النقط
صل النقط من رقم ١ حتى آخر رقم يظهر لك الشكل المختفى فى الرسمة
الظل الصحيح
هل تستطيع أن تعرف رقم الظل الصحيح لهذه الرسمة؟
الطريق الصحيح
العدد الصحيح
هل تستطيع أن تعرف عدد حيوان وحيد القرن المتداخل مع بعضه؟
٤٤

الإختلافات الخمسة

توجد ٥ إختلافات فى الصورة الثانية .. هل تستطيع أن تعرفها ؟





الحروف المبعثرة

أشطب أى حرف تكرر ٤ مرات وفى النهاية تحصل على الكلمة المبعثرة حسب ترتيب حروفها وهى من مشاكل قارة أفريقيا

ج	ه	ق	ظ	ص	ن	ب	ذ	خ	ا
ق	ش	ز	ب	ل	■	و	ظ	ى	ش
ذ	ح	ن	د	س	غ	ز	ا	ن	ذ
ع	ب	ط	ز	م	ق	ش	ك	ط	ك
ج	ق	س	خ	ن	ظ	ى	ت	س	ج
ه	ش	ت	ص	ب	د	ز	ع	و	ث
ث	ع	ط	س	ح	ك	ر	ط	غ	ح
ف	ت	ا	ظ	ع	و	ص	ف	ف	د
د	ص	ى	ف	غ	ذ	ى	غ	و	ه
ث	خ	ت	ح	ه	ض	خ	ث	ك	ج

لعبة الأرقام

أكمل الأرقام الناقصة فى المربعات الحمراء لتحقق صحة المعادلات الآتية

	=	٢	+	٢	÷	
×	■	×	■	+	■	—
	=	٤	÷		×	٦
÷	■	÷	■	+	■	×
٣	=		÷		×	٢
=	■	=	■	=	■	=
١٥	=	٢	÷	١٠	—	

مينى كلمات متقاطعة

أكتب مرادفات الكلمات الآتية فى مكانها بالجدول طبقاً لتوزيع الأرقام تحصل على كلمة السر وهى عن أفضل مدرب عربى عام ٢٠٠٣

١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢

٥-١ بسط ٤-٥ حب ٢-٨ من الفرائض ١-٣ متشابهان

٧-٦ للتعريف ٣-١٠-١١ وليد الفرس ٩-١٢ للتعجب

الحلول الصحيحة



الظل الصحيح: رقم (٤) **العدد الصحيح:** ٩

الإختلافات الخمسة:

١- إختفاء نقطة ماء

٢- إختفاء جزء من حاجب السمكة

٣- إختفاء زعنفة السمكة الصغيرة

٤- إختفاء إحدى فقاعات الماء

٥- إختفاء عين نجمة البحر

مينى كلمات متقاطعة: محمود الجوهرى

الحروف المبعثرة: الأمراض

لعبة الأرقام:

الصف الأول: ٢٦ و ١٥ الصف الثالث: ٢ و ٣

الصف الخامس: ٦ و ٤ الصف السابع: ٤٠




لا يوجد ما نفعله هذا المساء
ياتلفوز.. ما رأيك فى
مشاهدة فيلم فيديو؟
نعم! فكرة رائعة ولدى فيلم
رعب وحوش من الفضاء
فكرة رائعة
رائع!


سنشاهده خلال لحظات!
كليك


سأغلق الشيش لتهيئة
جو المشاهدة
نعم!
رائع!


شُشت..
الفيلم بدأ..


جررررررررررر


جررررررررررر


أين أنتم؟
نعم أين
أنتم؟
ااااااااااه
ااااااااااه


ماذا حدث ياتلفوز؟ هل نسيتم الحفل التنكرى الذى نقيمه
الليلة عند صديقنا «بلبل» ألم تستعدوا بعد؟
هههههه

تمت


ضحك وفرفشة
بريشة : عمرو سليم
ماكينة حلاقة
بأتمرن .. أصلى داخل مسابقة رفع الأثقال الأسبوع الجاى !
نمول
إمتحان مين يا عم .. إنت صدقت ؟! إحنا بتوع الكاميرا الخفية !!
لجنة م
زهقت من حياة الغابات .. بأفكر أعزل وأجى عندك فى ٦ أكتوبر !!
ظهر حديثاً
روايات مصرية للجيب النغمة الجميلة العذبة فى طول العالم العربى وعرضه
روايات مصرية للجيب لفتح آفاق الثقافة والمعرفة فى عقول الناشئة والشباب


ماذا يفعل الأجداد الفضائيون؟
لا أعرف!.. منذ أيام وأنا أراهم منهمكين فى إطلاق صواريخ التجارب القديمة!..
هيء هيء!.. يبدو من شكلهما أنهما سعيدان جدا!..
هاه!.. إحترس ياجدو لقد كنت على وشك أن تصطدم بى!..
أنت الذى تقف فى طريقى أيها الفضائى الشاب!..


هل الجميع هنا؟.. عظيم!.. إنتبها جيدا وانظرا ماذا سأفعل..
أرنا شطارتك!..
إبدأ!


٣، ٢، ١، صفر!..
هاه!.. إنه على وشك مغادرة الأرض!..


فيششششش
ياخبر!!!.. إنهم لم يطلقوا حتى صفارات الإنذار قبل إطلاقه!..


واااو!.. عظيم!..
لنذهب بسرعة إلى التليسكوب!..


يالها من إنطلاقه قوية!..
انتبهوا!..


براڤوووا!..
يووووبى
كرااشى


لقد نشنت فى وسط الهدف بالظبط! هيييه!..
حسنا!.. والآن جاء دورى فى اللعب!..

تمت

قسيمة المساهمات

بلبل bolbol
مجلة الأبطال

العدد رقم ٣١٤

الاسم : ....

السن: .... تليفون: ....

العنوان (بخط واضح) : ....

....

المدرسة : ....

ضع صورتك هنا من فضلك

شارك معنا بالكتابة في أحد هذه الأبواب

إملأ بيانات القسيمة وارسلها على عنوان بلبل مجلة الأبطال ٦ شارع الصحافة / مبنى دار أخبار اليوم / الجلاء / القاهرة

أسرتي

أسرتك هي والدك ووالدتك واخوتك.. الكبار والصغار وأنت تفخر أنك أحد أفراد هذه الأسرة.. ما رأيك لو سجلت اعتزازك بهذه الأسرة؟ أرسل لنا صور أفراد أسرتك ونبذة بسيطة عن كل منهم لننشرها على صفحات مجلة الأبطال وتكون هدية جميلة للجميع

حديث صحفي

لهواة الصحافة وكل من يتمنى أن يكون صحفيا في المستقبل، ابدأ من الآن في اجراء حوارات ومقابلات صحفية مع كل مسئول تريد أن يعرف أصدقائك في مجلة بلبل أعماله وانجازاته

إفتح لي قلبك

اذا واجهت مشكلة عجزت عن ايجاد حل لها وتجد حرجاً في التحدث عنها مع أحد المقربين منك.. فاقترب يا صديقي ولا تحزن فلكل مشكلة حل.. افتح قلبك وشاركنا معك في مشكلتك.. فالمشاركة تحل أكبر المشاكل.. أكتب ما تريد أن تبوح به.. وكل أسرارك معنا في أمان

حدث وتعليق

إذا قرأت في الصحف أو المجلات أو شاهدت في التليفزيون خبراً أو ظاهرة لفتت انتباهك اكتبها لنا واكتب رأيك فيها ليعرفها كل أصدقاءك في مجلة الأبطال

مساهماتي

ساهم معنا بالمعلومات الشيقة وكل ما هو نافع ومفيد من الموضوعات المختلفة في شتى مجالات الحياة لتشارك في زيادة معارف أصدقائك.. أكتب ما تريد نشره في باب مساهمات.

رسالة إلى

في سطور قليلة اكتب ما تكنه نفسك إلى أي شخصية تحددها سواء كانت من أقاربك أو زملاءك أو أي شخصية عامة من مجتمعنا وارسلها لنا لننشرها لك على صفحات بلبل مجلة الأبطال

أختي الصغيرة

هدفنا فتاة ناضجة الشخصية تأخذ بأحدث العلوم والمعارف، وفي نفس الوقت تهتم بشئونها الخاصة، وبأسرتها وبيتها وأملنا أن تكتبي لنا مساهماتك وترسليها مع صورتك وصور صديقاتك..

شخصيات

إذا أعجبتك شخصية إنسان ما.. عاش في الماضي أو يعيش معنا في الحاضر وتأثرت بأعماله وانجازاته.. عرفنا بهذه الشخصية واكتب ما تريد أن تقدمه عنها ليعرفها أيضاً كل أصدقائك في مجلة الأبطال

عيب

أنت جزء من المجتمع الكبير الذي تعيش فيه وعليك المشاركة بالقول والفعل في أن يصبح هذا المجتمع نموذجياً في كل شيء.. إذا وجدت سلوكاً أو تصرفاً غير لائق بالمجتمع النموذجي.. اكتبه لنا واكتب رأيك فيه ليستفيد منه كل أبناء الوطن

مبروك

من خلال صفحات بلبل مجلة الأبطال أرسل بتهنئتك إلى شخص عزيز لديك يحتفل بمناسبة سعيدة.. ارسل لنا بصورة المناسبة والمعلومات الكافية عنها ليشاركك كل القراء في هذه المناسبة

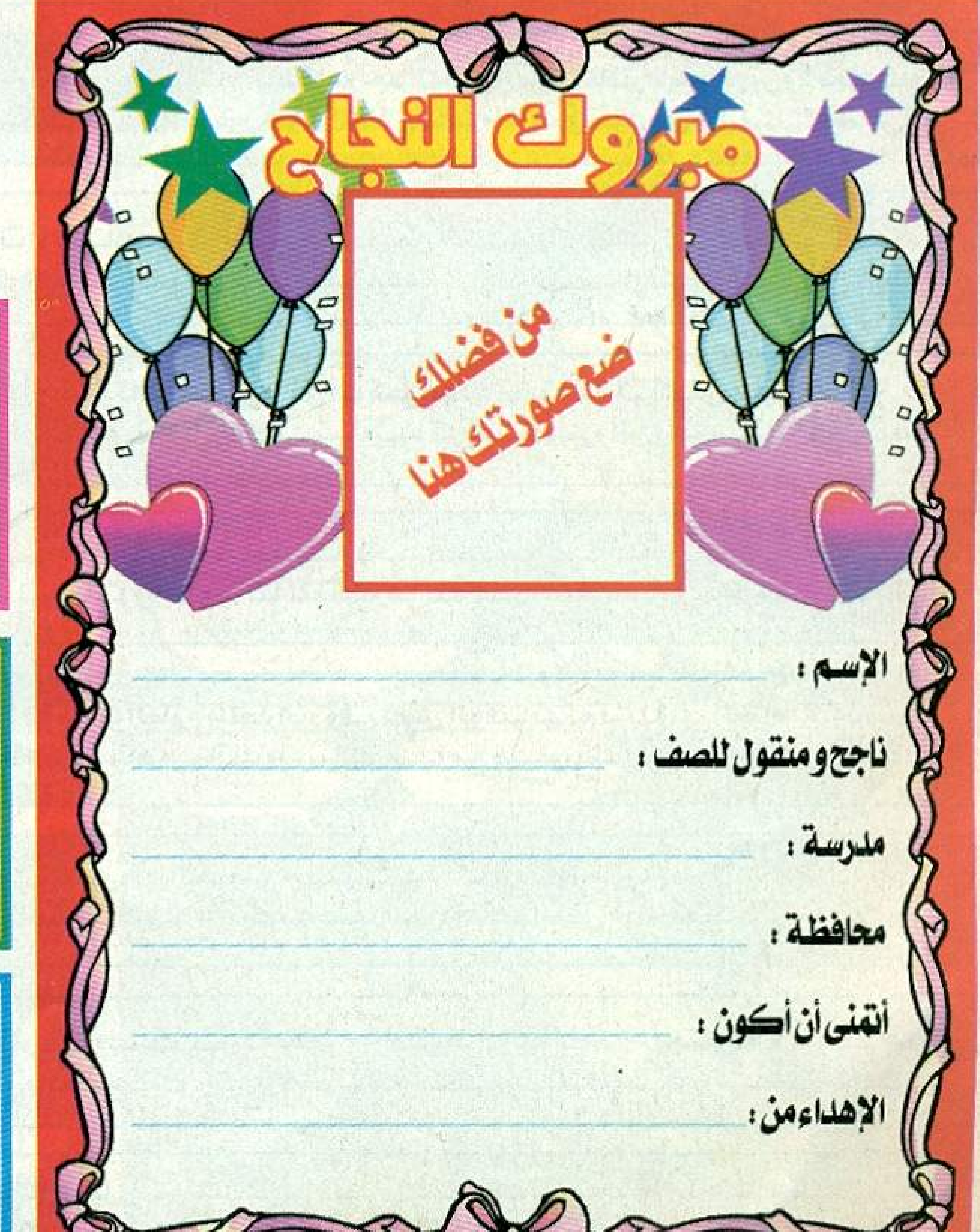


اكتب هنا ما تود أن ترسله لمجلة «بلبل» واكتب اسم الباب الذى تود النشر فيه مع رجاء ألا تختار أكثر من باب واحد فقط.. حاول الاختصار فى الموضوع حتى نتمكن من نشره و.. «خير الكلام ما قل ودل»

الاسم: ________ السن: ________ المحافظة: ________

قسيمة الاشتراك فى زاوية مبروك النجاح

إذا كنت ترغب فى نشر صورتك على صفحات «مبروك النجاح».. املأ بيانات المساحة المخصصة لذلك فى قسيمة المساهمات ثم انزعها وارسلها على عنوان مجلة بلبل واكتب على المظروف الخارجى: زاوية مبروك النجاح (مجلة بلبل) ٦ شارع الصحافة - مبنى أخبار اليوم



أعجبنى فى هذا العدد

اكتب هنا الموضوعات أو القصص التى أعجبتك فى هذا العدد

لم يعجبنى فى هذا العدد

اكتب هنا الموضوعات أو القصص التى لم تعجبك فى هذا العدد

اقتراحات

اكتب هنا اقتراحاتك التى تود أن تراها فى مجلة الأبطال


أصدقاء الأسبوع
بخيت مجدى بخيب
مارى لمعى بسيط
سارة رضا العربى
أحمد سعيد حمدى
أحمد محسن محمد
سارة محمد عزب
حبيبه طارق دسوقى
رنا ناصر مصطفى
أحمد مهدى عيشو
زياد عمرو النحاس
إبراهيم حامد محمد
عبد الرحمن المعتصم
نورهان محمد فخرى
يارا محمد عزب
مصطفى أحمد عبد الجليل
ماهر حسن السيد
نعمه محمد فرج
ياسمين محمد فرج
سلمى محمد السيد
شروق ياسر محمد
شريف عبد الواحد
أسماء ناجى عبد القادر
إسراء عمرو قطب
وسام إسماعيل عثمان
أحمد مجدى أمين
لؤى أحمد عبد الجليل
إسراء ياسر محمد
أحمد السيد عبده
رنا هانى
سندس عبود شريف
محمد عبد المحسن
فرحه حسام
رنا رمضان
عبد الله حمادة عجور
كريم سمير
رضوى أشرف


جيرولاند
مفاجآت حفلات
صيف ٢٠٠٤
الجمعة
٩/٣
محمد منير
الكارت الذهبي
فقط ١٢٠ ج واستمتع
بجميع الألعاب والحفلات
طوال ٣٦٥ يوم أي عدد من المرات
للفرد الواحد
٣٥ جنـيه
دخول وممارسة جميع الألعاب
أى عدد من المرات
١٥ جنـيه
سعر الدخول وأختار ما يناسبك
من كروت الشحن
المواعيد الصيفية طوال الاسبوع: من ٦ م وحتى ٢ ص
أول طريق مصر اسماعيلية الصحراوى مدخل مدينة العبور ت: ٤٧٧١٤٣٤ (٨ خطوط) الخط الساخن: ٠١٠٦٧٥٠٠٦١/٦٢/٦٣
خصم خاص جداً لحامل الكوبون
دخول وممارسة جميع الألعاب
أى عدد من المرات والسينما
لكل فرد (حامل الكوبون + ٢ مرافقين)
٢٥ جـ بدلاً من ٣٥
بلبل
مجلة الأطفال
Gero
bolbol


ARAB COMICS
عرب كوميكس
www.arabcomics.net
هذا العمل لهواة القصص المصورة و لا يهدف للربح بل هدفه توفير المتعة الأدبية لكل من يهتم بهذا الفن
الرجاء حذف هذا الملف بعد قراءته و شراء النسخة الأصلية الورقية عند توفرها في الأسواق لدعم استمراريتها